



Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión

Facultad de Educación

Escuela Profesional de Educación Secundaria

Especialidad: Biología, Química y Tecnología de los Alimentos

Estrés por el COVID 19 y hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión - 2022 II

Tesis

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Educación Nivel Secundaria

Especialidad: Biología, Química y Tecnología de los Alimentos

Autora

Udelina Decired Suarez Quineche

Asesor

M(o). Regulo Conde Curiñaupa

Huacho – Perú

2024



Reconocimiento - No Comercial – Sin Derivadas - Sin restricciones adicionales

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

Reconocimiento: Debe otorgar el crédito correspondiente, proporcionar un enlace a la licencia e indicar si se realizaron cambios. Puede hacerlo de cualquier manera razonable, pero no de ninguna manera que sugiera que el licenciante lo respalda a usted o su uso. **No Comercial:** No puede utilizar el material con fines comerciales. **Sin Derivadas:** Si remezcla, transforma o construye sobre el material, no puede distribuir el material modificado. **Sin restricciones adicionales:** No puede aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros de hacer cualquier cosa que permita la licencia.



UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN

LICENCIADA

(Resolución de Consejo Directivo N° 012-2020-SUNEDU/CD de fecha 27/01/2020)

“Año de la unidad, la paz y el desarrollo”

Facultad de Educación

Escuela Profesional de Educación Secundaria

Especialidad: Biología, Química y Tecnología de los Alimentos

INFORMACIÓN

DATOS DEL AUTOR (ES):		
NOMBRES Y APELLIDOS	DNI	FECHA DE SUSTENTACIÓN
Udelina Decired, Suarez Quineche	45550538	27 de diciembre del 2023
DATOS DEL ASESOR:		
NOMBRES Y APELLIDOS	DNI	CÓDIGO ORCID
Mg. Regulo, Conde Curiñaupa	10177373	0000-0002-9869-4818
DATOS DE LOS MIEMBROS DE JURADOS – PREGRADO/POSGRADO-MAESTRÍA-DOCTORADO:		
NOMBRES Y APELLIDOS	DNI	CÓDIGO ORCID
Dr. Daniel, Lecca Ascate	15731334	0000-0001-5758-2521
Dr. Jorge Alberto, Palomino Way	15599204	0000-0003-2514-4572
Dr. Carlos Alberto, Gutiérrez Bravo	15616035	0000-0003-4568-930X

ESTRÉS POR EL COVID 19 Y HÁBITOS DE ESTUDIO DE LOS ESTUDIANTES DE BIOLOGÍA, QUÍMICA Y TECNOLOGÍA DE LOS ALIMENTOS DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN - 2022 II

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to Universidad de Sevilla Trabajo del estudiante	5%
2	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	3%
3	repositorio.unh.edu.pe Fuente de Internet	2%
4	lareferencia.info Fuente de Internet	1%
5	repositorio.unac.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	repositorio.unheval.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	renati.sunedu.gob.pe Fuente de Internet	1%
8	repositorio.unsch.edu.pe Fuente de Internet	1%

TESIS

ESTRÉS POR EL COVID 19 Y HÁBITOS DE ESTUDIO DE LOS ESTUDIANTES DE BIOLOGÍA, QUÍMICA Y TECNOLOGÍA DE LOS ALIMENTOS DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN - 2022 II.

JURADO EVALUADOR

Dr. DANIEL, LECCA ASCATE

PRESIDENTE

Dr. JORGE ALBERTO, PALOMINO WAY

SECRETARIO

Dr. CARLOS ALBERTO, GUTIÉRREZ BRAVO

VOCAL

DEDICATORIA

Este trabajo está dedicado a mi amada familia, cuyo apoyo incondicional ha sido fundamental para alcanzar este logro. Gracias por estar siempre a mi lado.

Suarez Quineche, Udelina Decired

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por haberme otorgado una familia maravillosa que siempre ha creído en mí. Ellos han sido mis principales motivadores y han contribuido a formar la persona que soy hoy en día. Sus consejos, amor y cariño son mi fuente de fortaleza. También quiero expresar mi agradecimiento a mi alma máter, la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, por brindarme una comunidad y conocimiento fundamentales en mi desarrollo profesional.

También agradezco a mis docentes y colegas que estuvieron en cada experiencia de esta etapa para conseguir mis objetivos.

Suarez Quineche, Udelina Decired

INDICE

DEDICATORIA.....	iii
AGRADECIMIENTO	iv
RESUMEN	v
ABSTRACT	vi
ÍNDICE DE TABLA.....	x
ÍNDICE DE FIGURA	xi
INTRODUCCIÓN	xii
Capítulo I. Planteamiento del problema	13
1.1. Descripción de la realidad problemática	13
1.2. Formulación del problema	13
1.2.1. Problema general.....	13
1.2.2. Problemas específicos	14
1.3. Objetivos de la investigación	14
1.3.1. Objetivo general.....	14
1.3.2. Objetivos específicos	14
1.4. Justificación de la investigación	15
1.4.1 Justificación por su conveniencia.....	15
1.4.2 Justificación por su valor teórico	15
1.5. Delimitaciones del estudio	15
1.5.2 Delimitación del Universo	15
1.5.3 Delimitación del Espacio Geográfico	16
1.6. Viabilidad del estudio.....	16
Capítulo II. Marco teórico	17
2.1. Antecedentes de la investigación	17
2.1.1. Antecedentes internacionales	17

2.1.2. Antecedentes nacionales	19
2.2. Bases teóricas	22
2.2.1. Estrés por el Covid 19	22
2.2.2 Hábitos de estudio	26
2.3. Bases filosóficas	29
2.4. Definiciones conceptuales	30
2.5. Formulación de las hipótesis	32
2.5.1. Hipótesis general.....	32
2.5.2. Hipótesis específica.....	32
2.6. Operacionalización de variables.....	33
Capítulo III. Metodología.....	34
3.1 Diseño metodológico.....	34
3.1.1 Tipo de Investigación.....	34
3.1.2 Nivel de Investigación.....	34
3.1.3 Diseño.....	35
3.1.4 Enfoque	35
3.2 Población y Muestra	35
3.2.1 Población.....	35
3.2.2 Muestra.....	35
3.3 Técnicas de recolección de datos	36
3.3.1 Técnicas a emplear	36
3.3.2 Descripción de Instrumentos	36
3.4 Técnicas para el procedimiento de la información.....	36
3.5 Matriz de consistencia	36

Capítulo IV. Resultados	39
4.1. Analisis de resultados descriptivo	39
4.2. Contrastación de hipótesis	48
Capítulo V. Discusión	55
5.1. Discusión.....	55
Capítulo VI. Conclusiones y recomendaciones	57
6.1. Conclusiones	57
6.2. Recomendaciones	59
Capítulo VII. Referencias bibliográficas.....	60
7.1. Fuentes bibliográficas	60
ANEXOS.....	62

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. <i>Operacionalización de variable Estrés</i>	33
Tabla 2. <i>Operacionalización de variable Hábitos de estudio</i>	33
Tabla 3. <i>Estrés</i>	39
Tabla 4. <i>Trabajo obligatorio</i>	40
Tabla 5. <i>Percepción del docente</i>	41
Tabla 6. <i>Sobrecarga</i>	42
Tabla 7. <i>Percepción del curso</i>	43
Tabla 8. <i>Hábitos de estudio</i>	44
Tabla 9. <i>Técnica de estudio</i>	45
Tabla 10. <i>Preparación para el examen</i>	46
Tabla 11. <i>Forma de escucha</i>	47
Tabla 12. <i>Prueba de normalidad de la variable estrés</i>	48
Tabla 13. <i>Prueba de normalidad de la variable hábitos de estudio</i>	49
Tabla 14. <i>El estrés y los hábitos de estudio</i>	50
Tabla 15. <i>El trabajo obligatorio y los hábitos de estudio</i>	51
Tabla 16. <i>La percepción del docente y los hábitos de estudio</i>	52
Tabla 17. <i>La sobrecarga y los hábitos de estudio</i>	53
Tabla 18. <i>La percepción del curso y los hábitos de estudio</i>	54

ÍNDICE DE FIGURAS

<i>Figura 1.</i> Estrés.....	39
<i>Figura 2.</i> Trabajo obligatorio	40
<i>Figura 3.</i> Percepción del docente	41
<i>Figura 4.</i> Sobrecarga	42
<i>Figura 5.</i> Percepción del curso	43
<i>Figura 6.</i> Hábitos de estudio.....	44
<i>Figura 7.</i> Técnica de estudio	45
<i>Figura 8.</i> Preparación para el examen.....	46
<i>Figura 9.</i> Forma de escucha	47

RESUMEN

Este trabajo de investigación tuvo como **Objetivo:** Determinar cómo se relaciona el estrés por el Covid 19 y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II. **Metodología:** El método científico del tipo de investigación utilizado fue básico, llamada pura o fundamental, el nivel de investigación fue descriptivo - correlacional. **La población:** Estuvo constituido por 107 estudiantes del IV ciclo al IX ciclo la escuela profesional Biología, Química y Tecnología de los Alimentos. Las técnicas de recolección fue la encuesta y el instrumento un cuestionario. Por último, para lo estadístico se usó el paquete estadístico spss v.2.00, para la investigación para la interpretación de datos, tablas y cifras estadísticas una vez que hay un resultado de correlación de Spearman que devuelve un valor de 0,747 en la hipótesis general, que es una buena asociación, y finalmente se llega a la **conclusión general:** El estrés por el Covid 19 se relaciona con los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.

Palabras Claves: Estudiantes, estrés, hábitos de estudio.

ABSTRACT

This research work had the objective: To determine how stress due to Covid 19 is related to the study habits of Biology, Chemistry and Food Technology students at the José Faustino Sánchez Carrión National University - 2022 II. Methodology: “The scientific method of the type of research used was basic, called pure or fundamental, the level of research was descriptive - correlational. The population: It was made up of 107 students from the IV cycle to the IX cycle of the Biology, Chemistry and Food Technology professional school. The collection techniques were the survey and the instrument a questionnaire. Finally, for statistics, the spss v.2.00 statistical package was used, for research for the interpretation of data, tables and statistical figures once there is a Spelarman correlation result that returns a value of 0.747 in the general hypothesis, which is a bustling association, and finally the general conclusion is reached: Stress due to Covid 19 is related to the study habits of Biology, Chemistry and Food Technology students at the José Faustino Sánchez Carrión National University - 2022 II.”

Keywords: Students, stress, study habits.

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo de Investigación titulado: “Estrés por el covid 19 y hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión - 2022 II”. “El estrés se define como la tensión experimentada cuando uno percibe que un evento externo supera su capacidad de afrontamiento, proporcionada por sus recursos de afrontamiento” (Molano & Chalapud, 2022). Por otro lado, “Los hábitos de estudio son un conjunto de rutinas y técnicas que utilizan los estudiantes para adquirir y aprovechar al máximo los conocimientos que adquieren” (Council, 2020).

En el capítulo I comprende el planteamiento del problema, que es la descripción de la realidad problemática, la formulación del problema, los objetivos de la investigación, la justificación, delimitación de estudio y viabilidad. En el capítulo II el Marco teórico, que comprende los antecedentes del estudio, las bases teóricas y filosóficas que viene ser el tratado especial de las teorías de cada una de las variables estudiadas, definiciones de términos básicos, las hipótesis de investigación y la operacionalización de las variables. En el capítulo III la metodología de la investigación que tiene en cuenta el tipo y diseño de la investigación, población y muestra, técnicas de recolección de datos y las técnicas para el procesamiento de la investigación. En el capítulo IV los resultados de la investigación sus respectivas tablas y figuras que corresponde. En el capítulo V, se tiene en cuenta la discusión de los resultados. En el VI capítulo, las conclusiones y recomendaciones que es el producto final de la investigación, las recomendaciones, las referencias bibliográficas y sus anexos que demuestran evidencias de la investigación.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. DESCRIPCIÓN DE LA REALIDAD PROBLEMÁTICA

A nivel mundial se vivió una pandemia la cual afectó a todas las personas en los aspectos económicos, sociales, etc.

América latina no es ajena a la situación que se vive sobretodo el Perú donde también fallecieron muchas personas además muchas se quedaron sin empleo y si pensamos en los niños y adolescentes, las escuelas, institutos y universidades cerraron sus puertas impartiendo unos meses después la educación a distancia o educación virtual.

Nuestra alma mater y única universidad pública licenciada de Huacho también se rigió bajo la modalidad de educación a distancia, repercutiendo en la mayoría de los alumnos de manera negativa ya que mucho de ellos que eran de provincia le es nuevo el manejar una computadora o laptop además de que mucho de ellos no contaban con la tecnología necesaria para el desarrollo de las clases, además, los alumnos debido a este gran cambio presentaron dolores de cabeza, bajaron de peso, incrementaron su ira, etc., ocasionado por el estrés que tienen para el desarrollo de sus clases, además se ha observado además que no estudian para las clases o los exámenes ya que consideran que en casa no pueden hacerlo porque quieren y necesitan salir de esa zona para relajarse y concentrarse, se lleva a cabo la presente investigación con el fin de brindar soluciones a futuro de tal manera que los alumnos combatan su estrés y mejoren sus hábitos de estudio teniendo grandes rendimientos académicos a lo largo de su carrera universitaria.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Cómo se relaciona el estrés por el Covid 19 y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II?

1.2.2. Problemas específicos

- ¿Cómo se relaciona el trabajo obligatorio y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II?
- ¿Cómo se relaciona la percepción del docente y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II?
- ¿Cómo se relaciona la sobrecarga y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II?
- ¿Cómo se relaciona la percepción del curso y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II?

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1. Objetivo general

Determinar cómo se relaciona el estrés por el Covid 19 y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.

1.3.2. Objetivos específicos

- Determinar cómo se relaciona el trabajo obligatorio y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.
- Determinar cómo se relaciona la percepción del docente y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.
- Determinar cómo se relaciona la sobrecarga y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.
- Determinar cómo se relaciona la percepción del curso y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.

1.4. Justificación de la investigación

1.4.1 Justificación por su conveniencia

La presente investigación se justifica por su conveniencia por su aporte a la escuela profesional donde se llevará a cabo la investigación solucionando el problema que se tiene y cumpliendo el objetivo planteado.

1.4.2 Justificación por su valor teórico

La presente investigación se basa en el conocimiento de autores y páginas reconocidas aportando significativamente a la investigación, tiene además grandes autores los cuales informan acerca de las variables en estudio.

1.5. Delimitaciones del estudio

1.5.2 Delimitación del Universo

La presente investigación se delimita en los estudiantes de la especialidad de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión.

1.5.3 Delimitación del Espacio Geográfico

La presente investigación se delimita en la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Av. Mercedes Indacochea N° 601.

1.6. Viabilidad del estudio

La presente investigación es viable porque cuenta con todos los requisitos necesarios para la obtención del título profesional además de basarse en autores reconocidos y contando con mucha información acerca de las variables dándole veracidad a la investigación presente.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

2.1.1. Antecedentes internacionales

Peinado (2018) en su investigación titulada *“el estrés académico en los estudiantes del último año, estudio realizado con estudiantes del último año del ciclo diversificada, San Pedro de Sacatepéquez”*, su objetivo es contribuir a mejorar los ciclos de diversidad de aprendizajes en el nivel secundario a través de una propuesta encaminada a disminuir el estrés académico en el aula de los estudiantes, su metodología de método inductivo, su tipo de investigación es descriptivo, su población y muestra está constituida por 69 alumnos y llegó a la siguiente conclusión: El estrés académico vivido por los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada en San Pedro Sacatepéquez, Guatemala, resultó en que sus capacidades cognitivas (estos son procesos cognitivos incluyendo la percepción) se vean afectadas y no puedan funcionar adecuadamente, resultando en estudiantes con déficits de aprendizaje por síntomas físicos de estrés, incluidos dolores de cabeza, trastornos del sueño y letargo, incapacidad para concentrarse y almacenar el aprendizaje en la memoria.

Rodríguez (2018) en su investigación titulada *“estrés y rendimiento académico en los estudiantes de primer año de la escuela de medicina de la Universidad Pablo Guardado Chávez 2017 – 2018”*, su objetivo de investigación es determinar si existe una relación entre los niveles de estrés académico, síntomas y estrategias de afrontamiento y el rendimiento académico en estudiantes de medicina de nuevo ingreso en la Universidad Pablo Guardado Chávez, su metodología de investigación es de tipo aplicada, y su nivel es correlacional y descriptivo, su población y muestra está conformada por 94 estudiantes, llegó a la siguiente conclusión: Los resultados mostraron que los estudiantes de primer año de la carrera de cirujano de la UPGCH utilizaron estrategias de afrontamiento casi al mismo

nivel que aquellos estudiantes que experimentaron estrés y síntomas (principalmente físicos) en su entorno educativo.

Castro & Restrejo (2017) en su investigación titulada *“Estrés académico, estrategias de afrontamiento y relación con el rendimiento académico en universitarios. Estudio teórico”*, su objetivo de investigación es a través de una revisión teórica, describir el estrés académico, las estrategias de afrontamiento y la relación entre estas dos variables y el rendimiento académico, su metodología de investigación es de enfoque descriptivo, su modalidad es cualitativa, llegó a la siguiente conclusión: En el contexto latinoamericano, Cuba, España, Chile, México, Venezuela y Perú han realizado estudios destinados a comprender si los estudiantes universitarios experimentan estrés académico. Con respecto a Colombia, no existe evidencia de investigaciones dirigidas a comprender la presencia de estrés académico, ni su relación con el rendimiento académico, por lo que se desconocen las estrategias de afrontamiento utilizadas para niveles altos de estrés.

Aguayo & Lopez (2016) en su investigación titulada *“Estrés académico en estudiantes de cuarto año de educación referencial de la Universidad de Concepción”*, su objetivo de investigación es evaluar las conductas de estrés académico y su relación con las percepciones de control sobre el tiempo académico, el trabajo remunerado y/o las actividades extracurriculares en estudiantes de cuarto año de educación diferenciada de la Universidad de Concepción, su metodología de investigación es de diseño cuantitativo, de tipo no experimental, su población y muestra está constituida por 45 alumnos, llegó a la siguiente conclusión: De acuerdo con los resultados de esta encuesta, en la clase investigada hay 43 estudiantes, de los cuales solo hay un varón, de entre 21 y 28 años, con una edad promedio de 23. En cuanto al año de ingreso de los estudiantes, el 86% de los estudiantes iniciaron la carrera en 2013 y por lo tanto tomaron cursos de manera regular, mientras que el 14% restante ingresó en 2012 y tomaron cursos que estaban desactualizados. Por otro lado, el 25,6% (11 alumnos) de la carrera afirmaron haber cursado previamente otra carrera, por lo que el 74,4% restante de los alumnos tenían la ED como primera carrera.

2.1.2. Antecedentes nacionales

Naveros (2022) en su investigación titulada *“estrés académico y hábitos de estudio en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima. 2020, 2022”*, su objetivo de investigación es determinar la relación entre el estrés académico y los hábitos de estudio en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima en el año 2020, su metodología de investigación es de enfoque cuantitativo, su diseño de investigación es no experimental, su tipo es correlacional, su población está conformada por 322 alumnos y su muestra por 144 estudiantes, llegó a la siguiente conclusión: En toda la muestra de estudiantes, se encontró que el 54 % se encontraba en un nivel promedio (moderado) de estrés académico y una tendencia positiva en los hábitos de estudio (promedio).

Arrué (2021) en su tesis titulada *“estrés académico y hábitos alimenticios en estudiantes de una Universidad Privada de Chiclayo - 2020-2021”*, su objetivo de investigación es explorando la relación entre el estrés académico y los hábitos alimentarios de estudiantes de la carrera de psicología, su metodología de investigación es de tipo cualitativo, su nivel es descriptivo, su diseño es no experimental, de corte transversal, su población lo componen 383 alumnos y su muestra 22 alumnos, llegó a la siguiente conclusión: Se pudo identificar una relación entre las variables estrés académico y hábitos alimentarios, ya que se encontró una frecuencia muy alta en las respuestas de los estudiantes relacionadas con estas dos variables estudiadas.

Gabriel (2020) en su investigación se titula *“Hábitos de estudio y estrés académico en estudiantes de psicología de una universidad particular, Huancayo – 2018”*, su objetivo de investigación es determinar si existe relación entre los hábitos de estudio y el estrés académico en estudiantes de psicología de una determinada universidad, Huancayo – 2018, su metodología de investigación es de método científico, su tipo es básico, su nivel es correlacional y descriptivo, su población está conformada por 1067 alumnos y su muestra por 283 alumnos, llegó a la siguiente conclusión: Los valores de correlación fueron significativos para la subescala Hábitos de estudio y estresores académicos ($Rho = -0.353$),

la subescala Hábitos de estudio y respuesta al estrés ($Rho = -.271$) y la subescala Hábitos de estudio y afrontamiento del estrés ($Rho = .322$).) ($p = .000$), ($p = .000$) y ($p = .000$). La conclusión es aceptar la hipótesis de investigación: Si existe una relación indirecta y significativa entre los hábitos de estudio y el estrés académico de los estudiantes de psicología de una determinada universidad, Huancayo – 2018.

Escajadillo (2019) en su investigación titulada “*estrés académico y hábitos de estudio en estudiantes de cuarto año de secundaria de la Institución educativa 2095 Herman Busse de la Guerra - Los Olivos, 2018*”, su objetivo de investigación es la determinación de la relación entre estrés académico y hábitos de estudio en estudiantes de cuarto grado de secundaria de una institución educativa La Guerra 2095 Herman Busse, su metodología de investigación es de método deductivo, su tipo de investigación es básico, su nivel es correlacional, su enfoque es cuantitativo, su diseño es no experimental, su población la conforman 235 alumnos y su muestra 149 alumnos, llegó a la siguiente conclusión: Existe una relación entre el estrés académico y los hábitos de estudio. De acuerdo a los resultados obtenidos, se puede concluir que la variable 1 Estrés Académico tiene una correlación positiva considerable ($Rho = 0.840$) y significativa (valor $p = 0.000$ menor a 0.05) con la variable 2 Hábitos de estudio.

Palacios (2017) en su investigación titulada “*hábitos de estudio en estudiantes de tercer grado de educación secundaria del colegio de alto rendimiento de Piura durante el año escolar 2016*”, su objetivo de investigación es la determinación de las características de los hábitos de estudio de los estudiantes del tercer grado de educación secundaria de la Academia de Alto Rendimiento de Piura, 2016, su metodología de investigación es de tipo no experimental, su diseño es transaccional y descriptivo, su población está constituida por 90 alumnos y su muestra es la totalidad, llegó a la siguiente conclusión: Los estudiantes que estaban en promedio estuvieron muy cerca con un 36,9%, con solo un 4,6% de estudiantes que confirmaron que serían considerados deficientes en sus hábitos de estudio si tomaran estas medidas (Tabla 7). Entonces, se puede decir que si por un lado más de la

mitad de los estudiantes muestran hábitos de estudio, hay un pequeño porcentaje de estudiantes que no utilizan estas tecnologías.

2.2. BASES TEÓRICAS

2.2.1. Estrés por el Covid 19

“El estrés se define como la tensión experimentada cuando uno percibe que un evento externo supera su capacidad de afrontamiento, proporcionada por sus recursos de afrontamiento” (Molano & Chalapud, 2022).

A raíz de la pandemia del COVID-19, el gobierno peruano promulgó varias medidas para reducir la tasa de contagios, que incluyeron la virtualización de la educación en la educación básica y superior, y las condiciones de vida de los estudiantes universitarios y no universitarios han cambiado considerablemente.

De esta manera, los estudiantes se enfrentan a un nuevo escenario, pero al mismo tiempo enfrentan muchas dificultades, como limitaciones en la accesibilidad y conectividad a Internet, percepciones desfavorables de la pedagogía, las estrategias y métodos de enseñanza de los docentes, así como la carga de trabajo y el acceso continuo a ordenadores, portátiles y teléfonos móviles. Estas situaciones causan mayor preocupación y afectarán su desempeño y aumentarán los niveles de estrés de los estudiantes.

“Es una reacción fisiológica, endocrinológica y psicológica ante una situación que podemos percibir como amenazante o muy demandante, lo que genera una desestabilización en nuestro organismo” (González, 2021). A veces los estudiantes están bajo tal estrés que afecta su salud. A veces, el estrés puede hacer que se derrumben, por ejemplo, cuando se presentan a exámenes muy importantes y relevantes, como los exámenes de ingreso.

El cierre y confinamiento de las escuelas debido a la COVID-19 ha tenido un impacto considerable en la salud, el bienestar y el aprendizaje de los niños. Si bien el mundo

entero se ha visto afectado por la pandemia, estas medidas exponen a los niños y jóvenes a la violencia, el abuso y el abandono en el hogar.

La universalidad de la presión académica de los estudiantes universitarios está determinada por una serie de fuentes de estrés, entre las que destacan las exigencias de las tareas académicas y la limitación del tiempo de desarrollo, es decir, la sobrecarga académica, los exámenes y el exceso de tiempo invertido en cada una de ellas. Asistir a clase, lo que limita el tiempo de estudio y realización de tareas.

Encontrar la manera de adaptarse a tomar clases a través de la computadora o el teléfono móvil ha sido un gran desafío para millones de estudiantes, ya que las dinámicas de aprendizaje están lejos de ser presenciales, por lo que cambiar sus patrones de aprendizaje puede volverse muy estresante. Las barreras que puede enfrentar en línea, como la falta de equipo adecuado, la dificultad para acceder a servicios de Internet y/o electricidad o mantenerse al día con el aprendizaje a distancia, también son factores estresantes.

Síntomas de estrés:

- Esfuerzo físico.
- Inquietud.
- Sensación de cansancio.
- Dolor de cabeza.
- Fatiga.
- Insomnio.
- Aumento del apetito o pérdida del apetito.
- Taquicardia.
- Dolor de espalda.
- Sudor.
- Falta de interés.
- Náuseas.

- Tensión muscular.
- Preocuparse demasiado.

Consecuencias del estrés:

- Grado decreciente de rendimiento académico.
- Problema de memoria
- Baja tolerancia a la frustración.
- Dificultad para concentrarse.
- Se desarrollan síntomas de ansiedad.
- Episodios depresivos.
- Caídas de habilidad.
- Falta de motivación.
- Interés perdido.
- Aumento o pérdida de peso.
- Problemas de comportamiento

Dimensiones:

- **Trabajo obligatorio:** El trabajo escolar (denominado tarea para el hogar o deberes, según el país o el contexto) es trabajo que los maestros asignan a los estudiantes y se les ordena que lo completen, cuando corresponda, fuera del aula y durante el día escolar en el hogar, con o sin la familia. o Ayuda de otros supervisores. El trabajo de la universidad permite a los educadores descubrir los conocimientos y habilidades que poseen los alumnos y organizar su enseñanza en base a ello para que cada individuo obtenga la experiencia que mejor se adapte a su formación. Una tarea es apropiada o activa en el sentido de que el alumno debe recuperar conocimientos.

- **Percepción del docente:** Las percepciones de los "buenos" docentes, medidas por la satisfacción con las necesidades y expectativas de los estudiantes universitarios, son una de las dimensiones en las que se basa la calidad universitaria. Cabe señalar que ha habido poca investigación sobre la satisfacción de los egresados con la enseñanza que recibieron y el proceso sistemático mediante el cual se monitorearon sus inserciones de nacimiento. Estos estudios son clave para evaluar la calidad de los programas de formación universitaria”
- **Sobrecarga:** De hecho, las tareas no son el único problema. La tendencia a que las actividades extraescolares ocupen el tiempo de ocio y recreo de los niños contribuye a la mencionada ansiedad y estrés en alrededor del 10% de los niños y el 20% de los adolescentes.
- **Percepción del curso:** Es la satisfacción que tienen los alumnos cuando van a tener un curso en específico durante el día o la semana, dándole una importancia única cuando les gusta e ignorándolo cuando no se sienten a gusto con el curso incluso para ver el nivel de importancia tiene mucho que ver que el curso aporte directamente a su formación profesional o no.

2.2.2 Hábitos de estudio

El aprendizaje y la enseñanza se basan en las habilidades y estrategias de aprendizaje utilizadas y adoptadas por estudiantes y docentes, por lo que la educación nunca se queda atrás.

“Los hábitos de estudio son un conjunto de rutinas y técnicas que utilizan los estudiantes para adquirir y aprovechar al máximo los conocimientos que adquieren” (Council, 2020). Si bien existen algunos enfoques generales que pueden ayudar a todos los estudiantes, las habilidades de cada uno son diferentes, por lo que los buenos hábitos de estudio combinan habilidades personales innatas con habilidades que se pueden fortalecer con el tiempo.

“Los hábitos de estudio son conductas que se practican con regularidad con el objetivo de mejorar la capacidad para adquirir y consolidar conocimientos” (Educaweb, 2021). Los maestros y profesores tienen la obligación de apoyar y ayudar a sus alumnos a desarrollar todos los comportamientos y hábitos que utilizan mientras aprenden. Tener buenos hábitos de estudio permite a los individuos avanzar y acelerar los procesos cognitivos y académicos en todos los niveles existentes, los cuales se convertirán en sus propios guías y los empoderarán.

Las habilidades de estudio o las estrategias de aprendizaje son diferentes perspectivas aplicadas al aprendizaje en general. Hay una variedad de habilidades de estudio que pueden enfocarse en el proceso de organizar, asimilar y retener nueva información, o aprobar exámenes. Estas técnicas incluyen mnemotecnia y toma de notas eficiente para ayudar a recordar listas de información.

Los hábitos de estudio son los métodos y estrategias que utilizan los estudiantes para absorber una unidad de estudio, su capacidad para evitar distracciones, su atención a un material específico y su esfuerzo a lo largo del proceso (Cartagena, 2008).

Importancia:

A través de ellos se puede promover el desarrollo de diferentes cualidades como el lenguaje y la cognición, como la concentración y la memoria. Adicionalmente, pueden reforzar valores como la disciplina, la constancia y la responsabilidad.

Por otro lado, los hábitos de estudio ayudan en el establecimiento y logro de metas a corto y largo plazo. Por otro lado, aumentan su autoconfianza y autoestima, pues siguiéndolas, es más fácil cumplir con los diferentes requisitos escolares.

Dimensiones:

- **Técnica de estudio:** “Las técnicas de estudio consisten en una serie de métodos aplicados al momento de estudiar, cuya finalidad es facilitar la concentración del estudiante durante el proceso de aprendizaje” (UniBetas, 2021). Las habilidades de estudio son herramientas o estrategias utilizadas durante el proceso de aprendizaje para facilitar el proceso de aprendizaje. Quieren que el alumno amplíe su capacidad de retención de información, su capacidad de atención y su motivación para seguir aprendiendo e investigando. Las habilidades de estudio son muy recomendables independientemente del campo o nivel de estudio del estudiante, ya sea primaria, secundaria o secundaria, o incluso educación universitaria, etc. Sin embargo, a pesar de su gran ayuda, los expertos en la materia reconocen que las técnicas o métodos de aprendizaje requieren una actitud activa, con el aprendiz tomando la iniciativa y superando la pasividad.
- **Preparación para el examen:** Es imperativo dedicar tiempo y esfuerzo a prepararse para el examen, porque solo progresando continuamente obtendrá el estudio necesario para tomar el examen. Las secuelas de COVID-19 han traído cambios al mundo con nuevos procesos educativos, métodos, estrategias y herramientas para la enseñanza y el aprendizaje. Las TIC se han convertido en la mejor opción para la educación y la comunicación entre profesores y estudiantes, y también es una excelente opción como una de las formas de estudiar para la preparación de exámenes. Los cursos en línea, junto con todas las alternativas informáticas como tutoriales, cursos, seminarios, videoconferencias, chats, etc., se han convertido en un tema de conversación diario en todos los hogares donde se forman niños, jóvenes e incluso adultos.

- **Forma de escucha:** Una habilidad importante que los niños del siglo XXI deben aprender es la escucha activa. Los profesores también pueden beneficiarse de ello. Numerosos estudios han demostrado que escuchar, realmente escuchar, es fundamental para construir buenas relaciones con los demás. En concreto, es importante que el alumno sepa que su profesor se interesa por lo que tiene que decir porque se sentirá incluido. Esta certeza también fomenta su conexión emocional con la escuela. Como maestro, escuchar a sus alumnos puede ayudarlo a conocerlos mejor y evaluar si realmente están aprendiendo lo que les está enseñando.

2.3. Bases filosóficas

La teoría del "estrés" se opone objetivamente al concepto del papel rector del sistema nervioso central en las actividades vitales de un organismo (Iván Pávlov). Selye hizo una concesión a la autogénesis, mostrándose como un defensor del principio de la teleología biológica. El organismo se encuentra siempre en un estado de mínimo estrés, y en algunos casos el estrés puede aumentar y tener efectos beneficiosos o negativos, dependiendo de si la respuesta del organismo es suficiente para una necesidad particular o "sobre" la persona. Este nivel de equilibrio dependerá de factores individuales (disposiciones fisiológicas y psicológicas) de diferentes situaciones y experiencias. Al mantener la presión y entrar en un estado de resistencia, la persona comienza a experimentar molestias (tensión muscular, palpitaciones, etc.). Si el estrés persiste, se llega a un estado de agotamiento y pueden producirse cambios funcionales y/u orgánicos: son las llamadas "enfermedades adaptativas". Estos síntomas se perciben como negativos y causan preocupación, lo que a su vez agrava los síntomas, creando un círculo vicioso.

El hábito es la clave del crecimiento en el más humano de los seres humanos. Un hábito es una disposición efectiva, un patrón de pensamiento o comportamiento que nos predispone y nos ayuda a mover nuestros pensamientos y acciones en la dirección que decidamos darles (en oposición a "el viento que más sopla", interno o externo). Exterior, es decir, fantasía, o fantasía

del entorno y la moda). Cuando son buenos, cuando nos hacen pensar y obrar bien, los hábitos se llaman virtudes; de lo contrario, se llaman vicios. Los buenos hábitos proporcionan así lo que llamamos libertad moral.

2.4. Definiciones conceptuales

a) Estrés:

“El estrés se define como la tensión experimentada cuando uno percibe que un evento externo supera su capacidad de afrontamiento, proporcionada por sus recursos de afrontamiento” (Molano & Chalapud, 2022).

b) Hábitos de estudio:

“Los hábitos de estudio son un conjunto de rutinas y técnicas que utilizan los estudiantes para adquirir y aprovechar al máximo los conocimientos que adquieren” (Council, 2020).

c) Forma de escucha:

Una habilidad importante que los niños del siglo XXI deben aprender es la escucha activa. Los profesores también pueden beneficiarse de ello.

d) Percepción del docente:

Las percepciones de los "buenos" docentes, medidas por la satisfacción con las necesidades y expectativas de los estudiantes universitarios, son una de las dimensiones en las que se basa la calidad universitaria.

e) Percepción del curso:

Es la satisfacción que tienen los alumnos cuando van a tener un curso en específico durante el día o la semana, dándole una importancia única cuando les gusta e ignorándolo cuando no se

sienten a gusto con el curso incluso para ver el nivel de importancia tiene mucho que ver que el curso aporte directamente a su formación profesional o no.

f) Preparación para el examen:

Es imperativo dedicar tiempo y esfuerzo a prepararse para el examen, porque solo progresando continuamente obtendrá el estudio necesario para tomar el examen.

g) Sobrecarga:

De hecho, las tareas no son el único problema. La tendencia a que las actividades extraescolares ocupen el tiempo de ocio y recreo de los niños contribuye a la mencionada ansiedad y estrés en alrededor del 10% de los niños y el 20% de los adolescentes.

h) Trabajo obligatorio:

El trabajo escolar (denominado tarea para el hogar o deberes, según el país o el contexto) es trabajo que los maestros asignan a los estudiantes y se les ordena que lo completen, cuando corresponda, fuera del aula y durante el día escolar en el hogar, con o sin la familia. o Ayuda de otros supervisores.

i) Técnica de estudio:

“Las técnicas de estudio consisten en una serie de métodos aplicados al momento de estudiar, cuya finalidad es facilitar la concentración del estudiante durante el proceso de aprendizaje” (UniBetas, 2021)

2.5. Formulación de las hipótesis

2.5.1. Hipótesis general

El estrés por el Covid 19 se relaciona con los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.

2.5.2. Hipótesis específica

- El trabajo obligatorio se relaciona con los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.
- La percepción del docente se relaciona con los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.
- La sobrecarga se relaciona con los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.
- La percepción del curso se relaciona con los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.

2.6. Operacionalización de variables

Tabla 1. Operacionalización de variable Estrés

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA
V1: Estrés	Trabajo obligatorio	Trabajos durante la clase Exposiciones durante la clase Exámenes	1, 2, 3	Likert
	Percepción del docente	Método de enseñanza Estrategias para llegar al estudiante Preparación profesional del docente	4, 5, 6	Likert
	Sobrecarga	Evaluación escrita Evaluación oral Exposiciones	7, 8, 9	Likert
	Percepción del curso	Interesante Aporte a su carrera Motivación	10, 11, 12	Likert

Tabla 2. Operacionalización de variable Hábitos de estudio

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA
V2: Hábitos de estudio	Técnica de estudio	Subrayado Memoriza Mapas conceptuales	1, 2, 3	Likert
	Preparación para el examen	Horas de estudio Estudia a última hora Prepara su plagio No estudia	4, 5, 6, 7	Likert
	Forma de escucha	Toma apuntes importantes Ordena sus notas después de la clase Pregunta durante la clase Está atento Juega o conversa durante la clase	8, 9, 10, 11, 12	Likert

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1 DISEÑO METODOLÓGICO

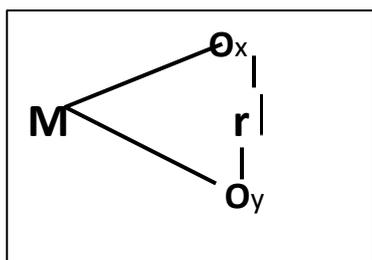
Según Arias (2012), “El diseño de investigación es la estrategia general empleada por un investigador para abordar la pregunta planteada”. (p. 27)

3.1.1 Tipo de Investigación

“La investigación aplicada implica mantener el conocimiento y ponerlo en práctica, así como sustentar la investigación científica para encontrar respuestas a posibles aspectos de mejora de las situaciones cotidianas” (Gerena, 2010). Esta investigación es investigación aplicada porque se utilizará una teoría específica.

3.1.2 Nivel de Investigación

“La utilidad y propósito principal de la investigación correlacional es entender cómo comparar un concepto o variable con el conocimiento del comportamiento de otras variables correlacionadas” (Hernandez, Fernandez, & Baptista, 2014). La investigación actual se encuentra en el nivel correspondiente.



M = Muestra de los trabajadores.

Ox = Estrés en covid 19

Oy = Hábitos de estudio

r = Relación entre ambas variables.

3.1.3 Diseño

Hernández, Fernández y Baptista (2014) afirman que “un estudio no experimental es aquel que se realiza sin manipular deliberadamente las variables”. La presente investigación es un diseño no experimental de tipo transversal, ya que no se manipularán las variables de estrés y hábitos de estudio.

3.1.4 Enfoque

Hernández, Fernández y Baptista (2014) definen los métodos cuantitativos como "la recopilación de datos para probar hipótesis, con base en mediciones numéricas y análisis estadísticos, para modelar comportamientos y probar teorías". Este estudio utiliza un método cuantitativo.

3.2 POBLACIÓN Y MUESTRA

3.2.1 Población

Según Hernández, Fernández y Baptista (2014), “una población es el conjunto de todos los casos que se ajustan a un conjunto de normas” (p. 174). La población está conformada por 107 estudiantes del IV ciclo al IX ciclo de la escuela profesional Biología, Química y Tecnología de los Alimentos.

3.2.2 Muestra

Según Hernández, Fernández, & Baptista (2014), “una muestra es esencialmente un subgrupo de una población. Supongamos que es un subconjunto de elementos que pertenecen a un conjunto definido en una característica que llamamos población” (p. 175).

La muestra está constituida por el total de la población que son los 107 estudiantes.

3.3 TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

3.3.1 Técnicas a emplear

Según Lopez & Fachelli (2015), “las encuestas son una de las técnicas de investigación social más utilizadas en sociología, yendo más allá de la investigación estrictamente científica”. Este estudio utilizará encuestas para recopilar datos.

3.3.2 Descripción de Instrumentos

Según García (2012), “Un cuestionario consiste en un conjunto de preguntas, generalmente de varios tipos, elaboradas de manera sistemática y cuidadosa, sobre hechos y aspectos de interés en una encuesta o evaluación, y que pueden aplicarse de diversas maneras”. Esta encuesta utilizará cuestionarios para estas dos variables.

3.4 TÉCNICAS PARA EL PROCEDIMIENTO DE LA INFORMACIÓN

Excel v.2010, spss v.2.00

3.5 MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLE	DIMENSIONES	METODOLOGIA	
<p>PROBLEMA GENERAL:</p> <p>¿Cómo se relaciona el estrés por el Covid 19 y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II?</p>	<p>OBJETIVO GENERAL:</p> <p>Determinar cómo se relaciona el estrés por el Covid 19 y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.</p>	<p>HIPOTESIS GENERAL:</p> <p>El estrés por el Covid 19 se relaciona con los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.</p>	<p>VARIABLE X</p> <p>Estrés</p>	<p>X1= Trabajo obligatorio</p>	<p>NIVEL DE INVESTIGACION:</p> <p>correlacional</p>	
<p>PROBLEMAS ESPECIFICOS:</p> <p>¿Cómo se relaciona el trabajo obligatorio y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II?</p>	<p>OBJETIVOS ESPECIFICOS:</p> <p>Determinar cómo se relaciona el trabajo obligatorio y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.</p>	<p>HIPOTESIS ESPECIFICOS:</p> <p>El trabajo obligatorio se relaciona con los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.</p>		<p>VARIABLE Y</p> <p>Hábitos de estudio</p>	<p>X2= Percepción del docente</p>	<p>DISEÑO DE LA INVESTIGACION</p> <p>No experimental</p>
<p>¿Cómo se relaciona la percepción del docente y los hábitos de estudio de los</p>	<p>Determinar cómo se relaciona la percepción del docente y los hábitos de estudio de los</p>	<p>La percepción del docente se relaciona con los hábitos de estudio de los estudiantes de</p>			<p>X3= Sobrecarga</p>	<p>TIPO DE INVESTIGACION</p> <p>Básica</p>
			<p>X4= Percepción del curso</p>		<p>ENFOQUE DE LA INVESTIGACION:</p> <p>Cuantitativo</p>	
				<p>Y1= Técnicas de estudio</p>	<p>POBLACION:</p> <p>107 alumnos</p>	
				<p>Y2= Preparación para el examen</p>	<p>MUESTRA:</p> <p>107 alumnos</p>	
					<p>ESTADISTICO DE PRUEBA:</p> <p>Spss</p>	
					<p>TECNICA:</p> <p>Encuesta</p>	
					<p>INSTRUMENTOS:</p> <p>Cuestionario</p>	

<p>estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II?</p> <p>¿Cómo se relaciona la sobrecarga y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II?</p> <p>¿Cómo se relaciona la percepción del curso y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II?</p>	<p>Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.</p> <p>Determinar cómo se relaciona la sobrecarga y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.</p> <p>Determinar cómo se relaciona la percepción del curso y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.</p>	<p>Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.</p> <p>La sobrecarga se relaciona con los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.</p> <p>La percepción del curso se relaciona con los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.</p>		<p>Y3= Forma de escucha</p>	<p>12 preguntas para medir la variable X</p> <p>12 preguntas para medir la variable Y</p>
---	--	--	--	-----------------------------	---

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

4.1. ANALISIS DE RESULTADOS DESCRIPTIVO

Tabla 3. *Estrés*

		<i>Estrés</i>			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	32	29,9	29,9	29,9
	Medio	61	57,0	57,0	86,9
	Alto	14	13,1	13,1	100,0
	Total	107	100,0	100,0	

Nota: Ficha de observación aplicada a los estudiantes del IV ciclo al IX ciclo la escuela profesional Biología, Química y Tecnología de los Alimentos.

Con el propósito de obtener una apreciación y comparación óptimas, se presenta a continuación la siguiente representación gráfica:

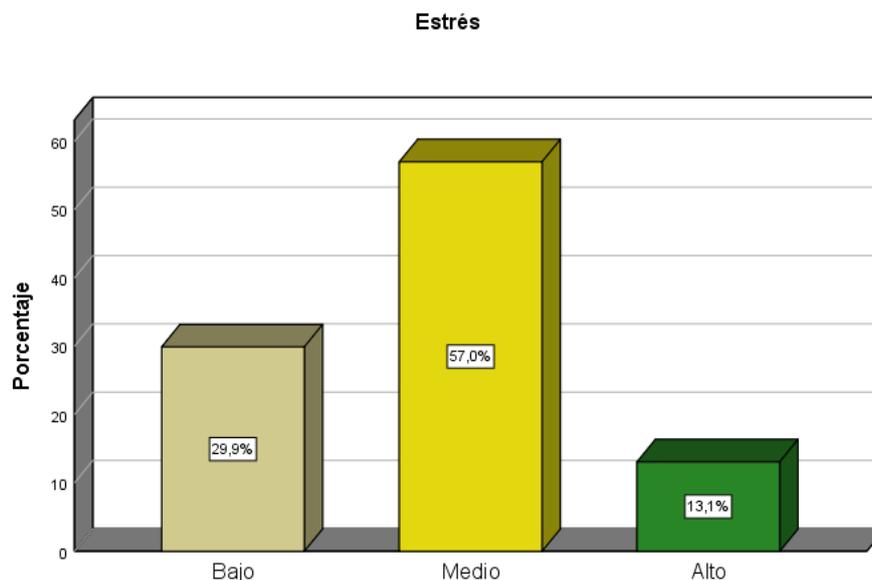


Figura 1. Estrés

De la figura 1, un 57,0% de los estudiantes del IV ciclo al IX ciclo la escuela profesional Biología, Química y Tecnología de los Alimentos manifiestan que existe un nivel medio en la variable estrés, un 29,9% un nivel bajo y un 13,1% un nivel alto en la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión.

Tabla 4. Trabajo obligatorio

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	55	51,4	51,4	51,4
	Medio	34	31,8	31,8	83,2
	Alto	18	16,8	16,8	100,0
	Total	107	100,0	100,0	

Nota: Ficha de observación aplicada a los estudiantes del IV ciclo al IX ciclo la escuela profesional Biología, Química y Tecnología de los Alimentos.

Con el propósito de obtener una apreciación y comparación óptimas, se presenta a continuación la siguiente representación gráfica:

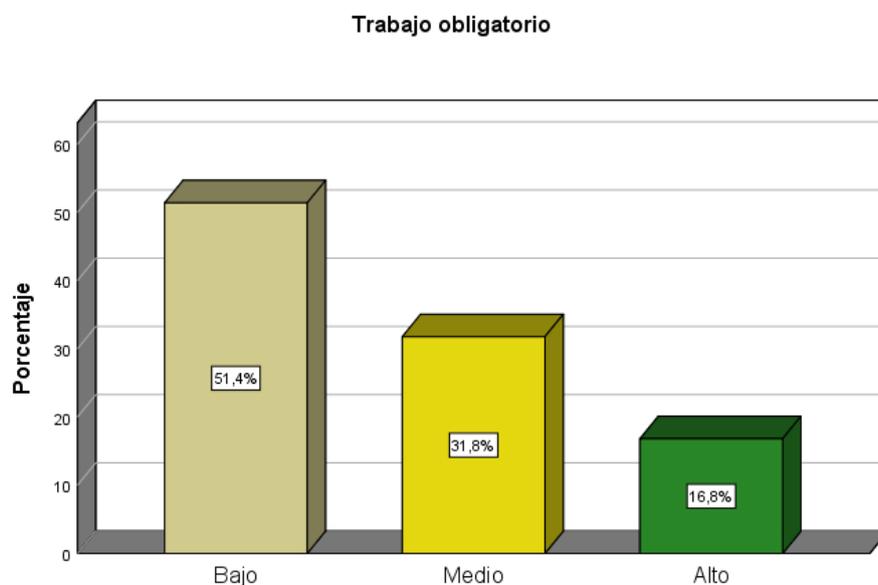


Figura 2. Trabajo obligatorio

De la figura 2, un 51,4% de los estudiantes del IV ciclo al IX ciclo la escuela profesional Biología, Química y Tecnología de los Alimentos manifiestan que existe un nivel bajo en la dimensión trabajo obligatorio, un 31,8% un nivel medio y un 16,8% un nivel alto en la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión.

Tabla 5. *Percepción del docente*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	36	33,6	33,6	33,6
	Medio	51	47,7	47,7	81,3
	Alto	20	18,7	18,7	100,0
	Total	107	100,0	100,0	

Nota: Ficha de observación aplicada a los estudiantes del IV ciclo al IX ciclo la escuela profesional Biología, Química y Tecnología de los Alimentos.

Con el propósito de obtener una apreciación y comparación óptimas, se presenta a continuación la siguiente representación gráfica:

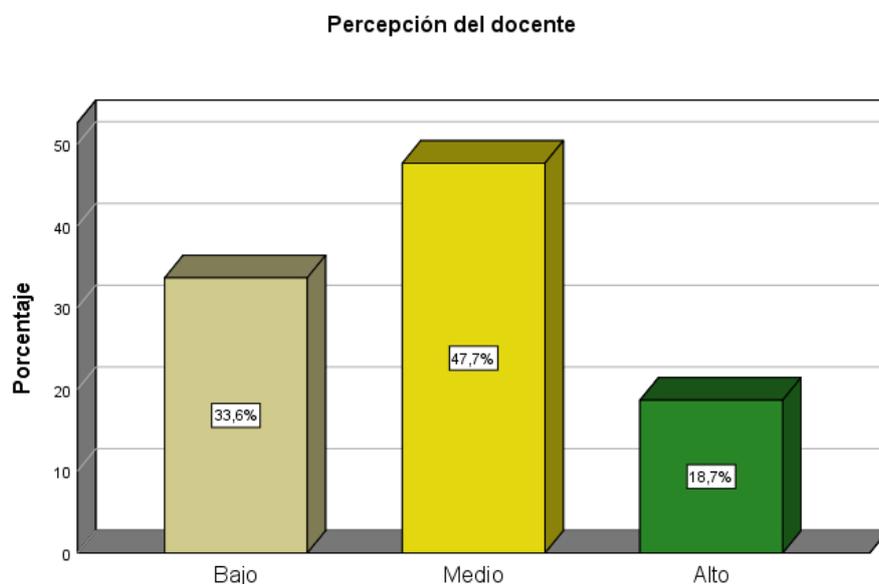


Figura 3. Percepción del docente

De la figura 3, un 47,7% de los estudiantes del IV ciclo al IX ciclo la escuela profesional Biología, Química y Tecnología de los Alimentos manifiestan que existe un nivel medio en la dimensión percepción del docente, un 33,6% un nivel bajo y un 18,7% un nivel alto en la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión.

Tabla 6. *Sobrecarga*

		<i>Sobrecarga</i>		Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido		Frecuencia	Porcentaje		
	Bajo	55	51,4	51,4	51,4
	Medio	34	31,8	31,8	83,2
	Alto	18	16,8	16,8	100,0
	Total	107	100,0	100,0	

Nota: Ficha de observación aplicada a los estudiantes del IV ciclo al IX ciclo la escuela profesional Biología, Química y Tecnología de los Alimentos.

Con el propósito de obtener una apreciación y comparación óptimas, se presenta a continuación la siguiente representación gráfica:

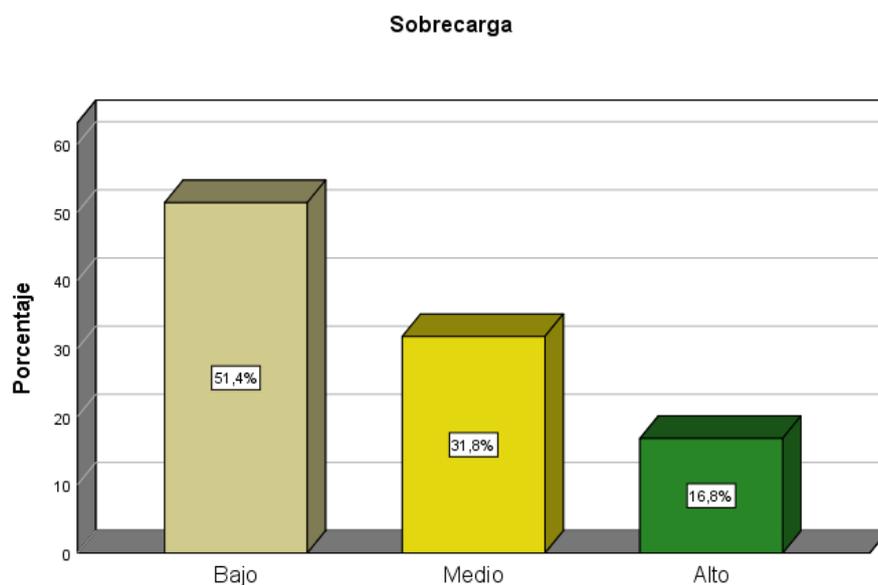


Figura 4. Sobrecarga

De la figura 4, un 47,7% de los estudiantes del IV ciclo al IX ciclo la escuela profesional Biología, Química y Tecnología de los Alimentos manifiestan que existe un nivel bajo en la dimensión sobrecarga, un 31,8% un nivel medio y un 16,8% un nivel alto en la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión.

Tabla 7. *Percepción del curso*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	47	43,9	43,9	43,9
	Medio	46	43,0	43,0	86,9
	Alto	14	13,1	13,1	100,0
	Total	107	100,0	100,0	

Nota: Ficha de observación aplicada a los estudiantes del IV ciclo al IX ciclo la escuela profesional Biología, Química y Tecnología de los Alimentos.

Con el propósito de obtener una apreciación y comparación óptimas, se presenta a continuación la siguiente representación gráfica:

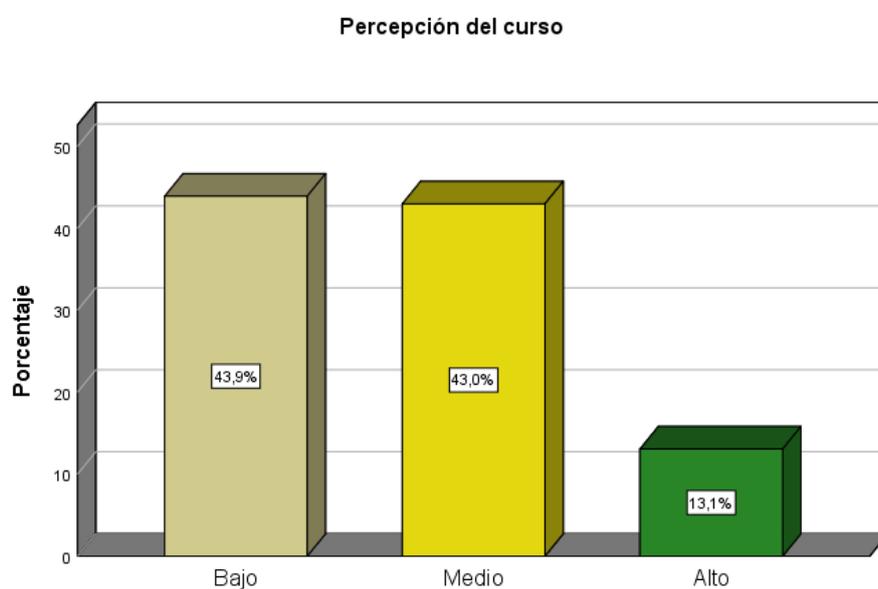


Figura 5. Percepción del curso

De la figura 5, un 43,9% de los estudiantes del IV ciclo al IX ciclo la escuela profesional Biología, Química y Tecnología de los Alimentos manifiestan que existe un nivel bajo en la dimensión percepción del curso, un 43,0% un nivel medio y un 13,1% un nivel alto en la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión.

Tabla 8. *Hábitos de estudio*

		<i>Hábitos de estudio</i>		Porcentaje	Porcentaje
		Frecuencia	Porcentaje	válido	acumulado
Válido	Bajo	27	25,2	25,2	25,2
	Medio	72	67,3	67,3	92,5
	Alto	8	7,5	7,5	100,0
	Total	107	100,0	100,0	

Nota: Ficha de observación aplicada a los estudiantes del IV ciclo al IX ciclo la escuela profesional Biología, Química y Tecnología de los Alimentos.

Con el propósito de obtener una apreciación y comparación óptimas, se presenta a continuación la siguiente representación gráfica:

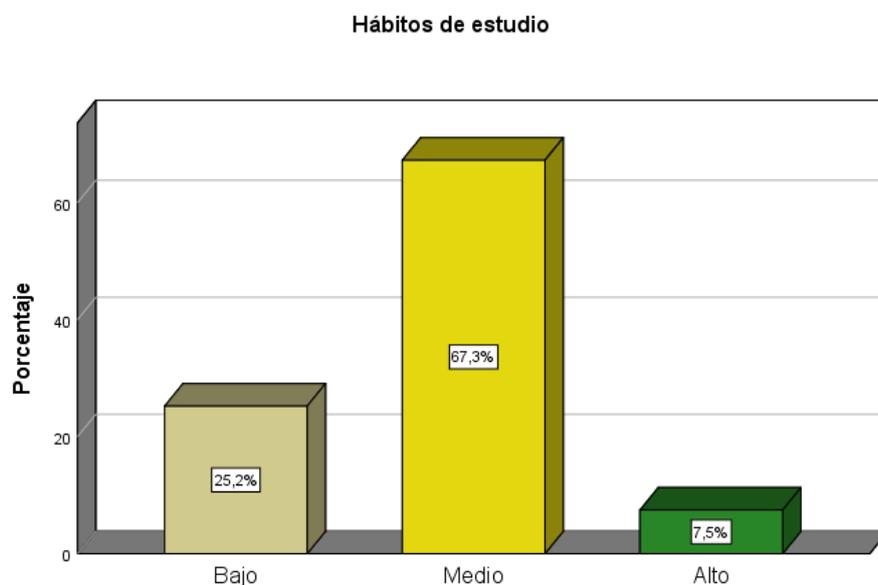


Figura 6. Hábitos de estudio

De la figura 6, un 67,3% de los estudiantes del IV ciclo al IX ciclo la escuela profesional Biología, Química y Tecnología de los Alimentos manifiestan que existe un nivel medio en la variable hábitos de estudio, un 25,2% un nivel bajo y un 7,5% un nivel alto en la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión.

Tabla 9. *Técnica de estudio*

<i>Técnica de estudio</i>				Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
		Frecuencia	Porcentaje		
Válido	Bajo	42	39,3	39,3	39,3
	Medio	49	45,8	45,8	85,0
	Alto	16	15,0	15,0	100,0
	Total	107	100,0	100,0	

Nota: Ficha de observación aplicada a los estudiantes del IV ciclo al IX ciclo la escuela profesional Biología, Química y Tecnología de los Alimentos.

Con el propósito de obtener una apreciación y comparación óptimas, se presenta a continuación la siguiente representación gráfica:

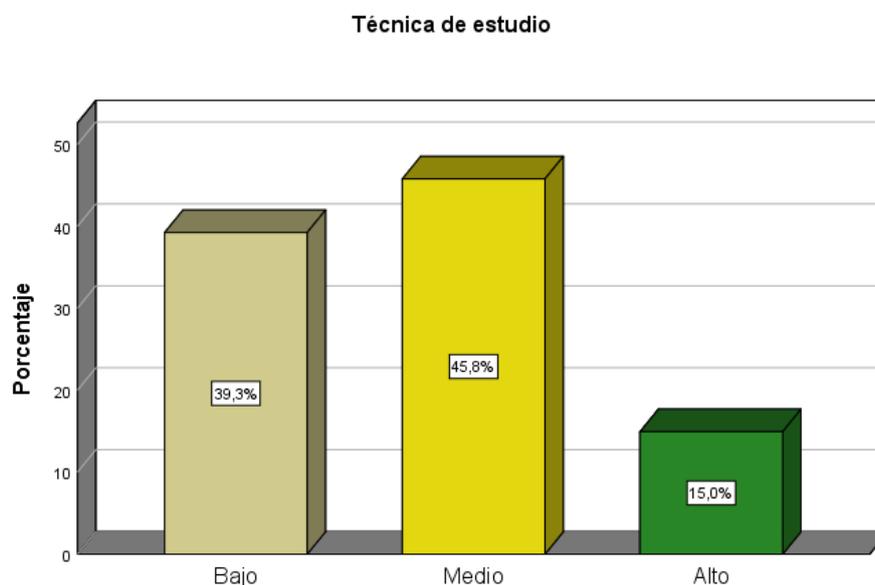


Figura 7. Técnica de estudio

De la figura 7, un 45,8% de los estudiantes del IV ciclo al IX ciclo la escuela profesional Biología, Química y Tecnología de los Alimentos manifiestan que existe un nivel medio en la dimensión técnica de estudio, un 39,3% un nivel bajo y un 15,0% un nivel alto en la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión.

Tabla 10. *Preparación para el examen*

		<i>Preparación para el examen</i>		Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido		Frecuencia	Porcentaje		
	Bajo	52	48,6	48,6	48,6
	Medio	47	43,9	43,9	92,5
	Alto	8	7,5	7,5	100,0
	Total	107	100,0	100,0	

Nota: Ficha de observación aplicada a los estudiantes del IV ciclo al IX ciclo la escuela profesional Biología, Química y Tecnología de los Alimentos.

Con el propósito de obtener una apreciación y comparación óptimas, se presenta a continuación la siguiente representación gráfica:

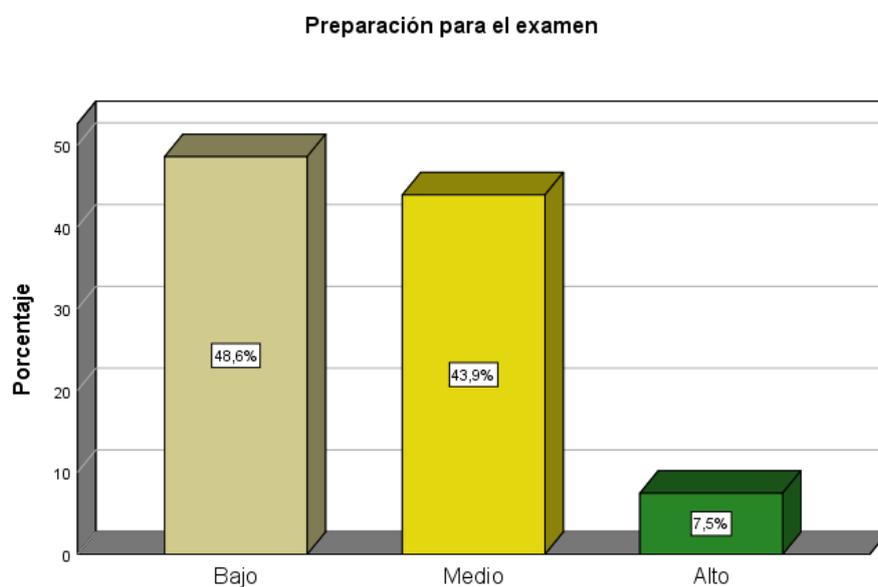


Figura 8. Preparación para el examen

De la figura 8, un 48,6% de los estudiantes del IV ciclo al IX ciclo la escuela profesional Biología, Química y Tecnología de los Alimentos manifiestan que existe un nivel bajo en la dimensión preparación para el examen, un 43,9% un nivel medio y un 7,5% un nivel alto en la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión.

Tabla 11. *Forma de escucha*

<i>Forma de escucha</i>				Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
		Frecuencia	Porcentaje		
Válido	Bajo	31	29,0	29,0	29,0
	Medio	59	55,1	55,1	84,1
	Alto	17	15,9	15,9	100,0
	Total	107	100,0	100,0	

Nota: Ficha de observación aplicada a los estudiantes del IV ciclo al IX ciclo la escuela profesional Biología, Química y Tecnología de los Alimentos.

Con el propósito de obtener una apreciación y comparación óptimas, se presenta a continuación la siguiente representación gráfica:

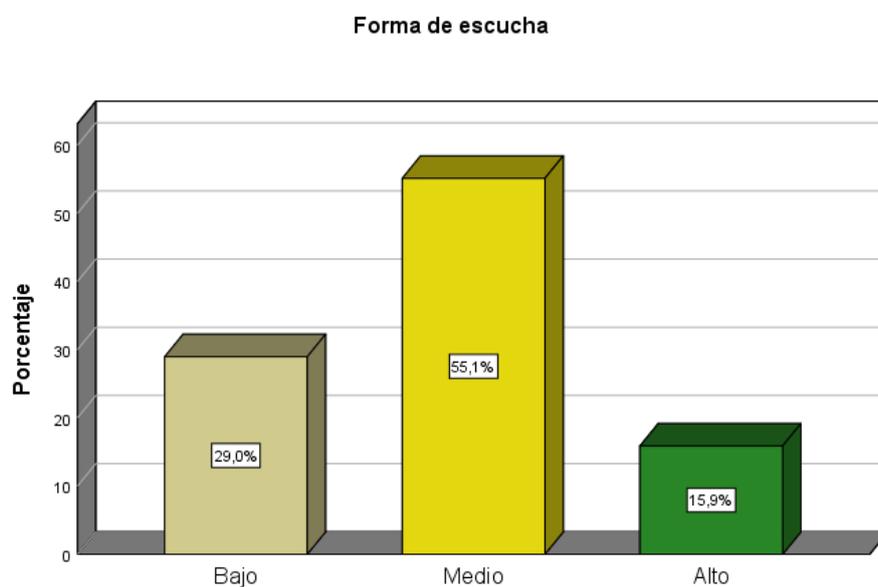


Figura 9. Forma de escucha

De la figura 9, un 55,1% de los estudiantes del IV ciclo al IX ciclo la escuela profesional Biología, Química y Tecnología de los Alimentos manifiestan que existe un nivel bajo en la dimensión forma de escucha, un 29,0% un nivel medio y un 15,9% un nivel alto en la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión.

4.2. Contrastación de hipótesis

Dado que se tiene 2 variables cuantitativas es necesario comprobar antes de cualquier análisis estadístico inferencial, si los datos de las variables aleatorias estudiadas siguen o no el modelo normal de distribución de probabilidades. Para realizar la prueba de normalidad se utilizó la prueba de Kolmogorov-Smirnov, dado que el tamaño de la muestra es mayor que 50.

Prueba de Normalidad del estrés

Para realizar la prueba de normalidad de la variable estrés, se utilizó la prueba de Kolmogorov-Smirnov y se siguió el siguiente procedimiento:

a) Planteo de las hipótesis:

Hipótesis Nula (H_0): Las puntuaciones de la variable estrés tienen una distribución normal

Hipótesis Alterna (H_a): Las puntuaciones de la variable estrés no tienen una distribución normal.

b) Nivel de significación o riesgo: $\alpha = 5\% = 0,05$

c) Estadístico de prueba: Kolmogorov-Smirnov

Tabla 12. Prueba de normalidad de la variable estrés

	Kolmogorov-Smirnov		
	Estadístico	gl	Sig.
Estrés	,241	107	,000

d) Regla de decisión:

- Si: $P_valor (Sig) \leq 0,05$ se rechaza la hipótesis nula
- Si: $P_valor (Sig) > 0,05$ no se rechaza la hipótesis nula

Sobre la variable estrés, el p-valor=Sig= es igual ,000 como este valor es menos a 0,05 se infiere que hay suficiente evidencia estadística para rechazar la hipótesis nula, concluyendo que los datos no provienen de una distribución normal.

Prueba de Normalidad de la variable de Hábitos de estudio

Para realizar la prueba de normalidad de la variable hábitos de estudio, se utilizó la prueba de Kolmogorov-Smirnov y se siguió el siguiente procedimiento:

a) Planteo de las hipótesis:

Hipótesis Nula (H_0): Las puntuaciones de la variable hábitos de estudio tienen una distribución normal

Hipótesis Alternativa (H_a): Las puntuaciones de la variable hábitos de estudio no tienen una distribución normal.

b) Nivel de significación o riesgo: $\alpha = 5\% = 0,05$

c) Estadístico de prueba: Kolmogorov-Smirnov

Tabla 13. *Prueba de normalidad de la variable hábitos de estudio*

	Kolmogorov-Smirnov		
	Estadístico	gl	Sig.
Hábitos de estudio	,177	107	,000

d) Regla de decisión:

- Si: $P_valor (Sig) \leq 0,05$ se rechaza la hipótesis nula
- Si: $P_valor (Sig) > 0,05$ no se rechaza la hipótesis nula

Sobre la variable hábitos de estudio, el p-valor=Sig= es igual 0,000 como este valor es menos a 0,05 se infiere que hay suficiente evidencia estadística para rechazar la hipótesis nula, concluyendo que los datos no provienen de una distribución normal.

Hipótesis General

Hipótesis Alternativa: El estrés por el Covid 19 se relaciona con los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.

Hipótesis nula: El estrés por el Covid 19 no se relaciona con los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.

Tabla 14. *El estrés y los hábitos de estudio*

			Estrés	Hábitos de estudio
Rho de Spearman	Estrés	Coefficiente de correlación	1,000	,747**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	107	107
	Hábitos de estudio	Coefficiente de correlación	,747**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	107	107

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Como se muestra en la tabla 14 se obtuvo un coeficiente de correlación de $r= 0.747$, con una $p=0.000(p<0.05)$ con lo cual se acepta la hipótesis alternativa y se rechaza la hipótesis nula. Por lo tanto, se puede evidenciar estadísticamente que existe una relación significativamente entre el estrés por el Covid 19 y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.

Se puede apreciar que el coeficiente de correlación es de una magnitud **buena**.

Hipótesis Específica 1

Hipótesis Alternativa: El trabajo obligatorio se relaciona con los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.

Hipótesis nula: El trabajo obligatorio no se relaciona con los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.

Tabla 15. *El trabajo obligatorio y los hábitos de estudio*

			Trabajo obligatorio	Hábitos de estudio
Rho de Spearman	Trabajo obligatorio	Coefficiente de correlación	1,000	,718**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	107	107
	Hábitos de estudio	Coefficiente de correlación	,718**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	107	107

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Como se muestra en la tabla 15 se obtuvo un coeficiente de correlación de $r= 0.718$, con una $p=0.000(p<0.05)$ con lo cual se acepta la hipótesis alternativa y se rechaza la hipótesis nula. Por lo tanto, se puede evidenciar estadísticamente que existe una relación significativamente entre el trabajo obligatorio y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.

Se puede apreciar que el coeficiente de correlación es de una magnitud **buena**.

Hipótesis Específica 2

Hipótesis Alternativa: La percepción del docente se relaciona con los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.

Hipótesis nula: La percepción del docente no se relaciona con los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.

Tabla 16. *La percepción del docente y los hábitos de estudio*

		Percepción del docente	Hábitos de estudio
Rho de Spearman	Percepción del docente	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,540**
		N	107
	Hábitos de estudio	Coefficiente de correlación	,540**
		Sig. (bilateral)	1,000
		N	107

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Como se muestra en la tabla 16 se obtuvo un coeficiente de correlación de $r= 0.540$, con una $p=0.000(p<0.05)$ con lo cual se acepta la hipótesis alternativa y se rechaza la hipótesis nula. Por lo tanto, se puede evidenciar estadísticamente que existe una relación significativamente entre la percepción del docente y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.

Se puede apreciar que el coeficiente de correlación es de una magnitud **moderada**.

Hipótesis Específica 3

Hipótesis Alternativa: La sobrecarga se relaciona con los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.

Hipótesis nula: La sobrecarga no se relaciona con los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.

Tabla 17. *La sobrecarga y los hábitos de estudio*

			Sobrecarga	Hábitos de estudio
Rho de Spearman	Sobrecarga	Coefficiente de correlación	1,000	,709**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	107	107
	Hábitos de estudio	Coefficiente de correlación	,709**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	107	107

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Como se muestra en la tabla 17 se obtuvo un coeficiente de correlación de $r= 0.709$, con una $p=0.000(p<0.05)$ con lo cual se acepta la hipótesis alternativa y se rechaza la hipótesis nula. Por lo tanto, se puede evidenciar estadísticamente que existe una relación significativamente entre la sobrecarga y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.

Se puede apreciar que el coeficiente de correlación es de una magnitud **buena**.

Hipótesis Específica 4

Hipótesis Alternativa: La percepción del curso se relaciona con los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.

Hipótesis nula: La percepción del curso no se relaciona con los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.

Tabla 18. *La percepción del curso y los hábitos de estudio*

			Percepción del curso	Hábitos de estudio
Rho de Spearman	Percepción del curso	Coefficiente de correlación	1,000	,713**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	107	107
	Hábitos de estudio	Coefficiente de correlación	,713**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	107	107

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Como se muestra en la tabla 18 se obtuvo un coeficiente de correlación de $r= 0.713$, con una $p=0.000(p<0.05)$ con lo cual se acepta la hipótesis alternativa y se rechaza la hipótesis nula. Por lo tanto, se puede evidenciar estadísticamente que existe una relación significativamente entre la percepción del curso y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.

Se puede apreciar que el coeficiente de correlación es de una magnitud **buena**.

CAPÍTULO V

DISCUSIÓN

5.1. DISCUSIÓN

Los resultados estadísticos demuestran que existe una relación significativamente entre el estrés por el Covid 19 y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II, debido a la correlación de Spearman que devuelve un valor de 0.747, representando una buena asociación. Guardando similitud con la investigación de Gabriel (2020) donde concluyó que, si existe una relación indirecta y significativa entre los hábitos de estudio y el estrés académico de los estudiantes de psicología de una determinada universidad, Huancayo – 2018.

Luego analizamos estadísticamente por dimensiones las variables el cual la primera dimensión se puede apreciar también existe una relación significativamente entre el trabajo obligatorio y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II, debido a la correlación de Spearman que devuelve un valor de 0,718, representando una buena asociación. En comparación con la investigación de Arrué (2021) si se pudo identificar una relación entre las variables estrés académico y hábitos alimentarios, ya que se encontró una frecuencia muy alta en las respuestas de los estudiantes relacionadas con estas dos variables estudiadas

En la segunda dimensión se puede apreciar también que existe una relación significativamente entre la percepción del docente y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José

Faustino Sánchez Carrión – 2022 II, debido a la correlación de Spearman que devuelve un valor de 0,540, representando una moderada asociación. Guardando similitud con la investigación de Naveros (2022) donde concluyó que se encontró que el 54 % se encontraba en un nivel promedio (moderado) de estrés académico y una tendencia positiva en los hábitos de estudio (promedio).

En la tercera dimensión se puede apreciar también que existe una relación significativamente entre la sobrecarga y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II, debido a la correlación de Spearman que devuelve un valor de 0,709, representando una buena asociación. Guardando concordancia con la investigación de Peinado (2018) donde concluyó que el estrés académico vivido por los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada en San Pedro Sacatepex, Guatemala, resultó en que sus capacidades cognitivas (estos son procesos cognitivos incluyendo la percepción) se vean afectadas y no puedan funcionar adecuadamente, resultando en estudiantes Déficit de aprendizaje por síntomas físicos

En la cuarta dimensión se puede apreciar también que existe una relación significativamente entre la percepción del curso y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II, debido a la correlación de Spearman que devuelve un valor de 0,713, representando una buena asociación. Coincidiendo con la investigación de Aguayo & Lopez (2016) donde concluyó que el año de ingreso de los estudiantes, el 86% de los estudiantes iniciaron la carrera en 2013 y por lo tanto tomaron cursos de manera regular, mientras que el 14% restante ingresó en 2012 y tomaron cursos que estaban desactualizados.

CAPÍTULO VI

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1. CONCLUSIONES

De las pruebas realizadas podemos concluir:

- 1. Primero:** Existe una relación significativamente entre el estrés por el Covid 19 y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II, debido a la correlación de Spearman que devuelve un valor de 0.747, representando una buena asociación.
- 2. Segundo:** Existe una relación significativamente entre el trabajo obligatorio y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II, debido a la correlación de Spearman que devuelve un valor de 0,718, representando una buena asociación.
- 3. Tercero:** Existe una relación significativamente entre la percepción del docente y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II, debido a la correlación de Spearman que devuelve un valor de 0,540, representando una moderada asociación
- 4. Cuarto:** Existe una relación significativamente entre la sobrecarga y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II, debido a la

correlación de Spearman que devuelve un valor de 0,709, representando una buena asociación.

5. **Quinta:** Existe una relación significativamente entre la percepción del curso y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II, debido a la correlación de Spearman que devuelve un valor de 0,713, representando una buena asociación.

6.2. Recomendaciones

1. Se sugiere realizar investigaciones exhaustivas acerca de los efectos a largo plazo del estrés durante el periodo de confinamiento, con el objetivo de abordar los desafíos que enfrenta la comunidad estudiantil en la región y superar las dificultades que se han presentado.
2. Se recomienda elaborar un programa educativo donde se fortalezcan los hábitos de estudio.
3. Se sugiere conformar alianzas estratégicas para idear políticas de intervención para el apoyo de la población estudiantil y no sufran los estragos emocionales, psíquicos y en su aprendizaje a futuro

CAPÍTULO VII

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

7.1. Fuentes bibliográficas

- Aguayo, L., & Lopez, C. (2016). Estrés académico en estudiantes de cuarto año de educación referencial de la Universidad de Concepción. *Pregrado*. Universidad de Concepción, Concepción, Chile.
- Arias, F. (2012). *El Proyecto de Investigación - Introducción a la metodología científica* (6° ed.). Caracas: Episteme.
- Arrué, L. (2021). Estrés académico y hábitos alimenticios en estudiantes de una Universidad Privada de Chiclayo - 2020-2021. *Pregrado*. Universidad Señor de Sipán, Pimentel, Perú.
- Castro, J., & Restrepo, N. (2017). Estrés académico, estrategias de afrontamiento y relación con el rendimiento académico en universitarios. Estudio teórico. *Pregrado*. Universidad Cooperativa de Colombia, campus Villavicencio, Colombia.
- Council, B. (17 de 12 de 2020). *La clave para el éxito: buenos hábitos de estudio*. Obtenido de <https://www.britishcouncil.org.mx/blog/habitos-de-estudio>
- Educaweb. (2021). *¿Qué son los hábitos de estudio?* Obtenido de <https://www.educaweb.com/contenidos/educativos/tecnicas-estudio/mejores-habitos-estudio-asegurar-exito-academico/>
- Escajadillo, A. (2019). Estrés académico y hábitos de estudio en estudiantes de cuarto año de secundaria de la Institución educativa 2095 Herman Busse de la Guerra - Los Olivos, 2018. *Posgrado*. Universidad Cesar Vallejo, Lima, Perú.
- Gabriel, T. (2020). Hábitos de estudio y estrés académico en estudiantes de psicología de una universidad particular, Huancayo - 2018. *Pregrado*. Universidad Peruana Los Andes, Huancayo, Perú.
- Gerena, L. (2010). *sites.google*. Obtenido de <https://sites.google.com/site/fiorellainvestigacionaplicada/definicion-de-autores>
- González, V. (17 de 06 de 2021). *¿Qué es el estrés escolar y cómo evitarlo?* Obtenido de <https://www.occ.com.mx/blog/estres-escolar-que-es/>
- Hernandez, R., Fernandez, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación* (6° ed.). Mexico: McGraw Hill.
- Molano, N., & Chalapud, L. (2022). *Nivel de estrés durante la pandemia covid-19 en universitarios del suroccidente colombiano*. Obtenido de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-75772022000100038
- Naveros, X. (2022). Estrés académico y hábitos de estudio en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima. 2020. *Pregrado*. Universidad Privada del Norte, Lima, Perú.

- Palacios, S. (2017). hábitos de estudio en estudiantes de tercer grado de educación secundaria del colegio de alto rendimiento de Piura duante el año escolar 2016. *Prregrado*. Universidad de Piura, Piura, Perú.
- Peinado, A. (2018). el estrés académico en los estudiantes del último año, estudio realizado con estudiantes del úñtimmo año del ciclo diversificada, San Pedro de Saca Tepéquez. *Pregrado*. Universidad San Carlos de Guatemala, Guatemala.
- Rodriguez, M. (2018). estrés y rendimiento académico en los estudiantes de primer año de la escuela de medicina de la Universidad Pablo Guardado Chavez 2017 - 2918. *Pregrado*. Universidad Autónoma de Chiapas, Chiapas, México.
- UniBetas. (07 de 09 de 2021). *Técnicas de estudio: Conoce los mejores 20 métodos de estudio*. Obtenido de <https://unibetas.com/tecnicas-de-estudio>

ANEXOS

ANEXO 1: Matriz de consistencia

ANEXO 2: Instrumento de recolección de datos

ANEXO 3: Confiabilidad de Alfa Cronbach

ANEXO 4: Base de datos

ANEXO 1: Matriz de consistencia

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	MÉTODO Y TÉCNICAS
<p><u>Problema General</u></p> <p>¿Cómo se relaciona el estrés por el Covid 19 y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II?</p>	<p><u>Objetivos General</u></p> <p>Determinar cómo se relaciona el estrés por el Covid 19 y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.</p>	<p><u>Hipótesis General</u></p> <p>El estrés por el Covid 19 se relaciona con los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.</p>	<p>(X)</p> <p>ESTRÉS</p>	<p>X1= Trabajo obligatorio</p> <p>X2= Percepción del docente</p> <p>X3= Sobrecarga</p> <p>X4= Percepción del curso</p>	<p>NIVEL DE INVESTIGACION: correlacional</p> <p>DISEÑO DE LA INVESTIGACION No experimental</p> <p>TIPO DE INVESTIGACION Básica</p> <p>ENFOQUE DE LA INVESTIGACION: Cuantitativo</p> <p>POBLACION: 107 alumnos</p> <p>MUESTRA: 107 alumnos</p> <p>ESTADISTICO DE PRUEBA: Spss</p> <p>TECNICA: Encuesta</p> <p>INSTRUMENTOS: Cuestionario</p> <p>12 preguntas para medir la variable X</p>

<p><u>Problemas Específicos:</u></p> <p>1. ¿Cómo se relaciona el trabajo obligatorio y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II?</p> <p>2. Cómo se relaciona la percepción del docente y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II?</p> <p>3. ¿Cómo se relaciona la sobrecarga y los hábitos de estudio de los estudiantes</p>	<p><u>Objetivos Específicos:</u></p> <p>1. Determinar cómo se relaciona el trabajo obligatorio y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.</p> <p>2. Determinar cómo se relaciona la percepción del docente y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.</p>	<p><u>Hipótesis Específicos:</u></p> <p>1. El trabajo obligatorio se relaciona con los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.</p> <p>2. La percepción del docente se relaciona con los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.</p> <p>3. La sobrecarga se relaciona con los hábitos</p>	<p>(Y)</p> <p>HÁBITOS DE ESTUDIO</p>	<p>Y1= Técnicas de estudio</p> <p>Y2= Preparación para el examen</p> <p>Y3= Forma de escucha</p>	<p>12 preguntas para medir la variable</p>
--	--	---	---	---	--

<p>de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II?</p> <p>4. ¿Cómo se relaciona la percepción del curso y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II?</p>	<p>3. Determinar cómo se relaciona la sobrecarga y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.</p> <p>4. Determinar cómo se relaciona la percepción del curso y los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II.</p>	<p>de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II</p> <p>4. La percepción del curso se relaciona con los hábitos de estudio de los estudiantes de Biología, Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2022 II</p>			
---	---	---	--	--	--

ANEXO 2: Instrumento de recolección de datos



**UNIVERSIDAD NACIONAL
JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN
FACULTAD DE EDUCACIÓN**

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN SECUNDARIA

ENCUESTA SOBRE EL ESTRÉS POR EL COVID 19 Y HABITOS DE ESTUDIO

I. INSTRUCCIONES

Todas las preguntas tienen cinco opciones de respuesta. Elija la que mejor describa lo que piensa usted, Solamente una opción, Marque con claridad la opción elegida con un aspa “X”

1=Nunca; 2= Casi Nunca; 3=A veces; 4=Casi siempre; 5=Siempre

Si no puede contestar una pregunta o si la pregunta no tiene sentido para usted, por favor pregúntele a la persona que le entregó este cuestionario y le explicó la importancia de su participación.

ESTRÉS POR EL COVID 19									
I. Trabajo Obligatorio. (Marcar con una “X” en el recuadro apropiado)					Calificación				
					1	2	3	4	5
1.	¿Considera usted que los trabajos que da el docente durante las clases son estresantes?								
2.	¿Considera usted que pensar en las exposiciones le estresan?								
3.	¿Considera usted que cuando se acercan los exámenes le genera ansiedad?								
II. Percepción del Docente. (Marcar con una “X” en el recuadro apropiado)					Calificación				
					1	2	3	4	5
4.	¿Considera usted que el método de enseñanza del docente es buena?								
5.	¿Considera usted que el docente usa las estrategias necesarias para llegar a los alumnos?								
6.	¿Considera usted que el docente académicamente es bueno?								
III. Sobrecarga. (Marcar con una “X” en el recuadro apropiado)					Calificación				
					1	2	3	4	5
7.	¿Considera usted que los exámenes escritos generan mucha presión sobre usted?								
8.	¿Considera usted que las evaluación orales generan mucha presión sobre usted?								
9.	¿Considera usted que las exposiciones generan mucha presión sobre usted?								
IV. Percepción del Curso. (Marcar con una “X” en el recuadro apropiado)					Calificación				

		1	2	3	4	5
10.	¿Considera que los cursos que lleva son interesantes para su formación profesional?					
11.	¿Considera que los cursos que lleva aportan significativamente para su formación profesional?					
12.	¿Considera que los cursos que lleva le motivan para su formación profesional?					
HÁBITOS DE ESTUDIO						
V. Técnica de Estudio. (Marcar con una "X" en el recuadro apropiado)		Calificación				
		1	2	3	4	5
13.	¿Cuándo usted estudia para un examen usa la técnica del subrayado para un mejor aprendizaje?					
14.	¿Cuándo usted estudia para un examen usa la técnica de memorizar para un mejor aprendizaje?					
15.	¿Cuándo usted estudia para un examen usa la técnica de mapas conceptuales para un mejor aprendizaje?					
VI. Preparación para el examen. (Marcar con una "X" en el recuadro apropiado)		Calificación				
		1	2	3	4	5
16.	¿Considera usted que las horas de estudio es importante para aprobar un examen?					
17.	¿Considera usted que estudiar a última hora es bueno?					
18.	¿Considera usted que es mejor preparar u plagio para tener un examen aprobado seguro?					
19.	¿Considera usted que es mejor no estudiar para dar un buen examen?					
VII. Forma de escucha. (Marcar con una "X" en el recuadro apropiado)		Calificación				
		1	2	3	4	5
20.	¿Durante la clase usted toma apuntes de las cosas que considera importantes?					
21.	¿Después de la clase, usted ordena sus notas?					
22.	¿Cuándo tiene una duda durante la clase hace preguntas al docente?					
23.	¿Durante toda la clase usted está completamente atento?					
24.	¿Usted durante la clase juega o conversa con sus compañeros?					

Muchas gracias por su participación 😊 😊

ANEXO 3: Confiabilidad de Alfa Cronbach

CONFIABILIDAD

FORMULACIÓN

El alfa de Cronbach no deja de ser una media ponderada de las correlaciones entre las variables (o ítems) que forman parte de la escala. Puede calcularse de dos formas: a partir de las varianzas o de las correlaciones de los ítems. Hay que advertir que ambas fórmulas son versiones de la misma y que pueden deducirse la una de la otra.

A partir de las varianzas

A partir de las varianzas, el alfa de Cronbach se calcula así:

$$\alpha = \left[\frac{K}{K-1} \right] \left[1 - \frac{\sum_{i=1}^K S_i^2}{S_t^2} \right],$$

donde

- S_i^2 es la varianza del ítem i ,
- S_t^2 es la varianza de la suma de todos los ítems y
- K es el número de preguntas o ítems.

A partir de las correlaciones entre los ítems

A partir de las correlaciones entre los ítems, el alfa de Cronbach se calcula así:

$$\alpha = \frac{np}{1 + p(n-1)},$$

donde

- n es el número de ítems y
- p es el promedio de las correlaciones lineales entre cada uno de los ítems.

Midiendo los ítems del cuestionario

Estadísticos de fiabilidad

<u>Alfa de Cronbach</u>	<u>N de elementos</u>
,915	24

ANEXO 4: Base de datos

N	Estrés																					
	Trabajo obligatorio					Percepción del docente					Sobrecarga					Percepción del curso					ST1	X
	1	2	3	S1	D1	4	5	6	S2	D2	7	8	9	S3	D3	10	11	12	S4	D4		
1	2	1	4	7	Bajo	1	3	2	6	Bajo	2	1	4	7	Bajo	3	1	4	8	Medio	28	Bajo
2	2	2	2	6	Bajo	3	1	1	5	Bajo	2	2	2	6	Bajo	1	2	2	5	Bajo	22	Bajo
3	3	5	1	9	Medio	5	2	3	10	Medio	3	5	1	9	Medio	2	5	1	8	Medio	36	Medio
4	5	5	5	15	Medio	3	5	5	13	Alto	5	5	5	15	Alto	2	5	5	12	Alto	55	Alto
5	2	2	3	7	Bajo	2	3	3	8	Medio	2	2	3	7	Bajo	4	2	3	9	Medio	31	Medio
6	1	3	5	9	Medio	3	1	4	8	Medio	1	3	5	9	Medio	3	3	5	11	Medio	37	Medio
7	3	1	2	6	Bajo	3	3	2	8	Medio	3	1	2	6	Bajo	2	1	2	5	Bajo	25	Bajo
8	4	3	4	11	Medio	5	4	3	12	Alto	4	3	4	11	Medio	2	3	4	9	Medio	43	Medio
9	3	2	2	7	Bajo	2	2	1	5	Bajo	3	2	2	7	Bajo	1	2	2	5	Bajo	24	Bajo
10	5	5	3	13	Medio	3	2	2	7	Bajo	5	5	3	13	Alto	3	5	3	11	Medio	44	Medio
11	2	3	1	6	Bajo	2	3	3	8	Medio	2	3	1	6	Bajo	2	3	1	6	Bajo	26	Bajo
12	3	1	2	6	Bajo	1	2	3	6	Bajo	3	1	2	6	Bajo	3	1	2	6	Bajo	24	Bajo
13	3	2	2	7	Bajo	3	1	5	9	Medio	3	2	2	7	Bajo	4	2	2	8	Medio	31	Medio
14	4	3	2	9	Medio	2	3	2	7	Bajo	4	3	2	9	Medio	2	3	2	7	Bajo	32	Medio
15	2	4	3	9	Medio	4	3	2	9	Medio	2	4	3	9	Medio	3	4	3	10	Medio	37	Medio
16	5	5	5	15	Medio	3	5	5	13	Alto	5	5	5	15	Alto	2	5	5	12	Alto	55	Alto
17	3	3	2	8	Medio	3	2	2	7	Bajo	3	3	2	8	Medio	2	3	2	7	Bajo	30	Medio
18	4	2	3	9	Medio	3	2	3	8	Medio	4	2	3	9	Medio	1	2	3	6	Bajo	32	Medio
19	2	1	4	7	Bajo	2	5	3	10	Medio	2	1	4	7	Bajo	3	1	4	8	Medio	32	Medio
20	3	2	2	7	Bajo	2	2	1	5	Bajo	3	2	2	7	Bajo	1	2	2	5	Bajo	24	Bajo
21	2	3	2	7	Bajo	3	3	3	9	Medio	2	3	2	7	Bajo	3	3	2	8	Medio	31	Medio
22	5	5	5	15	Medio	3	5	5	13	Alto	5	5	5	15	Alto	2	5	5	12	Alto	55	Alto
23	2	1	3	6	Bajo	5	1	5	11	Medio	2	1	3	6	Bajo	3	1	3	7	Bajo	30	Medio

24	2	1	4	7	Bajo	1	3	2	6	Bajo	2	1	4	7	Bajo	3	1	4	8	Medio	28	Bajo
25	2	2	2	6	Bajo	3	1	1	5	Bajo	2	2	2	6	Bajo	1	2	2	5	Bajo	22	Bajo
26	3	5	1	9	Medio	5	2	3	10	Medio	3	5	1	9	Medio	2	5	1	8	Medio	36	Medio
27	5	5	5	15	Medio	3	5	5	13	Alto	5	5	5	15	Alto	2	5	5	12	Alto	55	Alto
28	2	2	3	7	Bajo	2	3	3	8	Medio	2	2	3	7	Bajo	4	2	3	9	Medio	31	Medio
29	1	3	5	9	Medio	3	1	4	8	Medio	1	3	5	9	Medio	3	3	5	11	Medio	37	Medio
30	3	1	2	6	Bajo	3	3	2	8	Medio	3	1	2	6	Bajo	2	1	2	5	Bajo	25	Bajo
31	4	3	4	11	Medio	5	4	3	12	Alto	4	3	4	11	Medio	2	3	4	9	Medio	43	Medio
32	3	2	2	7	Bajo	2	2	1	5	Bajo	3	2	2	7	Bajo	1	2	2	5	Bajo	24	Bajo
33	5	5	3	13	Medio	3	2	2	7	Bajo	5	5	3	13	Alto	3	5	3	11	Medio	44	Medio
34	2	3	1	6	Bajo	2	3	3	8	Medio	2	3	1	6	Bajo	2	3	1	6	Bajo	26	Bajo
35	3	1	2	6	Bajo	1	2	3	6	Bajo	3	1	2	6	Bajo	3	1	2	6	Bajo	24	Bajo
36	3	2	2	7	Bajo	3	1	5	9	Medio	3	2	2	7	Bajo	4	2	2	8	Medio	31	Medio
37	4	3	2	9	Medio	2	3	2	7	Bajo	4	3	2	9	Medio	2	3	2	7	Bajo	32	Medio
38	2	4	3	9	Medio	4	3	2	9	Medio	2	4	3	9	Medio	3	4	3	10	Medio	37	Medio
39	5	5	5	15	Medio	3	5	5	13	Alto	5	5	5	15	Alto	2	5	5	12	Alto	55	Alto
40	3	3	2	8	Medio	3	2	2	7	Bajo	3	3	2	8	Medio	2	3	2	7	Bajo	30	Medio
41	4	2	3	9	Medio	3	2	3	8	Medio	4	2	3	9	Medio	1	2	3	6	Bajo	32	Medio
42	2	1	4	7	Bajo	2	5	3	10	Medio	2	1	4	7	Bajo	3	1	4	8	Medio	32	Medio
43	3	2	2	7	Bajo	2	2	1	5	Bajo	3	2	2	7	Bajo	1	2	2	5	Bajo	24	Bajo
44	2	3	2	7	Bajo	3	3	3	9	Medio	2	3	2	7	Bajo	3	3	2	8	Medio	31	Medio
45	5	5	5	15	Medio	3	5	5	13	Alto	5	5	5	15	Alto	2	5	5	12	Alto	55	Alto
46	2	1	3	6	Bajo	5	1	5	11	Medio	2	1	3	6	Bajo	3	1	3	7	Bajo	30	Medio
47	3	1	2	6	Bajo	3	3	2	8	Medio	3	1	2	6	Bajo	2	1	2	5	Bajo	25	Bajo
48	4	3	4	11	Medio	5	4	3	12	Alto	4	3	4	11	Medio	2	3	4	9	Medio	43	Medio
49	2	1	4	7	Bajo	1	3	2	6	Bajo	2	1	4	7	Bajo	3	1	4	8	Medio	28	Bajo
50	2	2	2	6	Bajo	3	1	1	5	Bajo	2	2	2	6	Bajo	1	2	2	5	Bajo	22	Bajo

51	3	5	1	9	Medio	5	2	3	10	Medio	3	5	1	9	Medio	2	5	1	8	Medio	36	Medio
52	5	5	5	15	Medio	3	5	5	13	Alto	5	5	5	15	Alto	2	5	5	12	Alto	55	Alto
53	2	2	3	7	Bajo	2	3	3	8	Medio	2	2	3	7	Bajo	4	2	3	9	Medio	31	Medio
54	1	3	5	9	Medio	3	1	4	8	Medio	1	3	5	9	Medio	3	3	5	11	Medio	37	Medio
55	3	1	2	6	Bajo	3	3	2	8	Medio	3	1	2	6	Bajo	2	1	2	5	Bajo	25	Bajo
56	4	3	4	11	Medio	5	4	3	12	Alto	4	3	4	11	Medio	2	3	4	9	Medio	43	Medio
57	3	2	2	7	Bajo	2	2	1	5	Bajo	3	2	2	7	Bajo	1	2	2	5	Bajo	24	Bajo
58	5	5	3	13	Medio	3	2	2	7	Bajo	5	5	3	13	Alto	3	5	3	11	Medio	44	Medio
59	2	3	1	6	Bajo	2	3	3	8	Medio	2	3	1	6	Bajo	2	3	1	6	Bajo	26	Bajo
60	3	1	2	6	Bajo	1	2	3	6	Bajo	3	1	2	6	Bajo	3	1	2	6	Bajo	24	Bajo
61	3	2	2	7	Bajo	3	1	5	9	Medio	3	2	2	7	Bajo	4	2	2	8	Medio	31	Medio
62	4	3	2	9	Medio	2	3	2	7	Bajo	4	3	2	9	Medio	2	3	2	7	Bajo	32	Medio
63	2	4	3	9	Medio	4	3	2	9	Medio	2	4	3	9	Medio	3	4	3	10	Medio	37	Medio
64	5	5	5	15	Medio	3	5	5	13	Alto	5	5	5	15	Alto	2	5	5	12	Alto	55	Alto
65	3	3	2	8	Medio	3	2	2	7	Bajo	3	3	2	8	Medio	2	3	2	7	Bajo	30	Medio
66	4	2	3	9	Medio	3	2	3	8	Medio	4	2	3	9	Medio	1	2	3	6	Bajo	32	Medio
67	2	1	4	7	Bajo	2	5	3	10	Medio	2	1	4	7	Bajo	3	1	4	8	Medio	32	Medio
68	3	2	2	7	Bajo	2	2	1	5	Bajo	3	2	2	7	Bajo	1	2	2	5	Bajo	24	Bajo
69	2	3	2	7	Bajo	3	3	3	9	Medio	2	3	2	7	Bajo	3	3	2	8	Medio	31	Medio
70	5	5	5	15	Medio	3	5	5	13	Alto	5	5	5	15	Alto	2	5	5	12	Alto	55	Alto
71	2	1	3	6	Bajo	5	1	5	11	Medio	2	1	3	6	Bajo	3	1	3	7	Bajo	30	Medio
72	2	1	4	7	Bajo	1	3	2	6	Bajo	2	1	4	7	Bajo	3	1	4	8	Medio	28	Bajo
73	2	2	2	6	Bajo	3	1	1	5	Bajo	2	2	2	6	Bajo	1	2	2	5	Bajo	22	Bajo
74	3	5	1	9	Medio	5	2	3	10	Medio	3	5	1	9	Medio	2	5	1	8	Medio	36	Medio
75	5	5	5	15	Medio	3	5	5	13	Alto	5	5	5	15	Alto	2	5	5	12	Alto	55	Alto
76	2	2	3	7	Bajo	2	3	3	8	Medio	2	2	3	7	Bajo	4	2	3	9	Medio	31	Medio
77	1	3	5	9	Medio	3	1	4	8	Medio	1	3	5	9	Medio	3	3	5	11	Medio	37	Medio
78	3	1	2	6	Bajo	3	3	2	8	Medio	3	1	2	6	Bajo	2	1	2	5	Bajo	25	Bajo
79	4	3	4	11	Medio	5	4	3	12	Alto	4	3	4	11	Medio	2	3	4	9	Medio	43	Medio

80	3	2	2	7	Bajo	2	2	1	5	Bajo	3	2	2	7	Bajo	1	2	2	5	Bajo	24	Bajo
81	5	5	3	13	Medio	3	2	2	7	Bajo	5	5	3	13	Alto	3	5	3	11	Medio	44	Medio
82	2	3	1	6	Bajo	2	3	3	8	Medio	2	3	1	6	Bajo	2	3	1	6	Bajo	26	Bajo
83	3	1	2	6	Bajo	1	2	3	6	Bajo	3	1	2	6	Bajo	3	1	2	6	Bajo	24	Bajo
84	3	2	2	7	Bajo	3	1	5	9	Medio	3	2	2	7	Bajo	4	2	2	8	Medio	31	Medio
85	4	3	2	9	Medio	2	3	2	7	Bajo	4	3	2	9	Medio	2	3	2	7	Bajo	32	Medio
86	2	4	3	9	Medio	4	3	2	9	Medio	2	4	3	9	Medio	3	4	3	10	Medio	37	Medio
87	5	5	5	15	Medio	3	5	5	13	Alto	5	5	5	15	Alto	2	5	5	12	Alto	55	Alto
88	3	3	2	8	Medio	3	2	2	7	Bajo	3	3	2	8	Medio	2	3	2	7	Bajo	30	Medio
89	4	2	3	9	Medio	3	2	3	8	Medio	4	2	3	9	Medio	1	2	3	6	Bajo	32	Medio
90	2	1	4	7	Bajo	2	5	3	10	Medio	2	1	4	7	Bajo	3	1	4	8	Medio	32	Medio
91	3	2	2	7	Bajo	2	2	1	5	Bajo	3	2	2	7	Bajo	1	2	2	5	Bajo	24	Bajo
92	2	3	2	7	Bajo	3	3	3	9	Medio	2	3	2	7	Bajo	3	3	2	8	Medio	31	Medio
93	5	5	5	15	Medio	3	5	5	13	Alto	5	5	5	15	Alto	2	5	5	12	Alto	55	Alto
94	2	1	3	6	Bajo	5	1	5	11	Medio	2	1	3	6	Bajo	3	1	3	7	Bajo	30	Medio
95	3	1	2	6	Bajo	3	3	2	8	Medio	3	1	2	6	Bajo	2	1	2	5	Bajo	25	Bajo
96	4	3	4	11	Medio	5	4	3	12	Alto	4	3	4	11	Medio	2	3	4	9	Medio	43	Medio
97	3	1	2	6	Bajo	1	2	3	6	Bajo	3	1	2	6	Bajo	3	1	2	6	Bajo	24	Bajo
98	3	2	2	7	Bajo	3	1	5	9	Medio	3	2	2	7	Bajo	4	2	2	8	Medio	31	Medio
99	4	3	2	9	Medio	2	3	2	7	Bajo	4	3	2	9	Medio	2	3	2	7	Bajo	32	Medio
100	2	4	3	9	Medio	4	3	2	9	Medio	2	4	3	9	Medio	3	4	3	10	Medio	37	Medio
101	5	5	5	15	Medio	3	5	5	13	Alto	5	5	5	15	Alto	2	5	5	12	Alto	55	Alto
102	3	3	2	8	Medio	3	2	2	7	Bajo	3	3	2	8	Medio	2	3	2	7	Bajo	30	Medio
103	4	2	3	9	Medio	3	2	3	8	Medio	4	2	3	9	Medio	1	2	3	6	Bajo	32	Medio
104	2	1	4	7	Bajo	2	5	3	10	Medio	2	1	4	7	Bajo	3	1	4	8	Medio	32	Medio
105	3	2	2	7	Bajo	2	2	1	5	Bajo	3	2	2	7	Bajo	1	2	2	5	Bajo	24	Bajo
106	2	3	2	7	Bajo	3	3	3	9	Medio	2	3	2	7	Bajo	3	3	2	8	Medio	31	Medio
107	5	5	5	15	Medio	3	5	5	13	Alto	5	5	5	15	Alto	2	5	5	12	Alto	55	Alto

N	Hábitos de estudio																				ST2	Y
	Técnica de estudio					Preparación para el examen					Forma de escucha											
	1	2	3	S1	D1	4	5	6	7	S2	D2	8	9	10	11	12	S3	D3				
1	1	4	3	8	Bajo	3	2	3	2	10	Bajo	3	4	1	5	2	15	Medio	33	Medio		
2	2	2	4	8	Bajo	1	1	1	1	4	Bajo	1	1	3	3	1	9	Bajo	21	Bajo		
3	5	1	2	8	Bajo	2	3	3	3	11	Medio	3	5	3	5	3	19	Medio	38	Medio		
4	5	5	5	15	Medio	5	5	5	5	20	Alto	5	4	2	5	5	21	Alto	56	Alto		
5	2	3	2	7	Bajo	3	3	2	3	11	Medio	2	4	4	4	5	19	Medio	37	Medio		
6	3	5	3	11	Bajo	1	4	4	4	13	Medio	4	2	2	3	2	13	Medio	37	Medio		
7	1	2	3	6	Bajo	3	2	3	2	10	Bajo	3	5	4	2	4	18	Medio	34	Medio		
8	3	4	5	12	Bajo	4	3	4	3	14	Medio	4	5	3	2	3	17	Medio	43	Medio		
9	2	2	2	6	Bajo	2	1	2	1	6	Bajo	2	2	3	1	4	12	Bajo	24	Bajo		
10	5	3	3	11	Bajo	2	2	2	2	8	Bajo	2	5	5	3	4	19	Medio	38	Medio		
11	3	1	2	6	Bajo	3	3	1	3	10	Bajo	1	5	2	2	2	12	Bajo	28	Bajo		
12	1	2	3	6	Bajo	2	3	3	3	11	Medio	3	4	5	3	1	16	Medio	33	Medio		
13	2	2	2	6	Bajo	1	5	2	5	13	Medio	2	3	2	3	2	12	Bajo	31	Medio		
14	3	2	1	6	Bajo	3	2	4	2	11	Medio	4	4	5	5	3	21	Alto	38	Medio		
15	4	3	3	10	Bajo	3	2	3	2	10	Bajo	3	5	2	2	4	16	Medio	36	Medio		
16	5	5	5	15	Medio	5	5	5	5	20	Alto	5	4	5	5	5	24	Alto	59	Alto		
17	3	2	4	9	Bajo	2	2	3	2	9	Bajo	3	4	2	3	5	17	Medio	35	Medio		
18	2	3	3	8	Bajo	2	3	2	3	10	Bajo	2	2	3	1	2	10	Bajo	28	Bajo		
19	1	4	2	7	Bajo	5	3	2	3	13	Medio	2	5	3	2	2	14	Medio	34	Medio		
20	2	2	2	6	Bajo	2	1	2	1	6	Bajo	2	2	5	1	4	14	Medio	26	Bajo		
21	3	2	5	10	Bajo	3	3	3	3	12	Medio	3	1	2	2	3	11	Bajo	33	Medio		
22	1	4	3	8	Bajo	3	2	3	5	13	Medio	5	4	1	5	5	20	Alto	41	Medio		
23	2	2	4	8	Bajo	1	1	1	5	8	Bajo	2	1	3	4	2	12	Bajo	28	Bajo		
24	1	4	3	8	Bajo	3	2	3	2	10	Bajo	3	4	1	5	2	15	Medio	33	Medio		
25	2	2	4	8	Bajo	1	1	1	1	4	Bajo	1	1	3	3	1	9	Bajo	21	Bajo		
26	5	1	2	8	Bajo	2	3	3	3	11	Medio	3	5	3	5	3	19	Medio	38	Medio		

27	5	5	5	15	Medio	5	5	5	5	20	Alto	5	4	2	5	5	21	Alto	56	Alto
28	2	3	2	7	Bajo	3	3	2	3	11	Medio	2	4	4	4	5	19	Medio	37	Medio
29	3	5	3	11	Bajo	1	4	4	4	13	Medio	4	2	2	3	2	13	Medio	37	Medio
30	1	2	3	6	Bajo	3	2	3	2	10	Bajo	3	5	4	2	4	18	Medio	34	Medio
31	3	4	5	12	Bajo	4	3	4	3	14	Medio	4	5	3	2	3	17	Medio	43	Medio
32	2	2	2	6	Bajo	2	1	2	1	6	Bajo	2	2	3	1	4	12	Bajo	24	Bajo
33	5	3	3	11	Bajo	2	2	2	2	8	Bajo	2	5	5	3	4	19	Medio	38	Medio
34	3	1	2	6	Bajo	3	3	1	3	10	Bajo	1	5	2	2	2	12	Bajo	28	Bajo
35	1	2	3	6	Bajo	2	3	3	3	11	Medio	3	4	5	3	1	16	Medio	33	Medio
36	2	2	2	6	Bajo	1	5	2	5	13	Medio	2	3	2	3	2	12	Bajo	31	Medio
37	3	2	1	6	Bajo	3	2	4	2	11	Medio	4	4	5	5	3	21	Alto	38	Medio
38	4	3	3	10	Bajo	3	2	3	2	10	Bajo	3	5	2	2	4	16	Medio	36	Medio
39	5	5	5	15	Medio	5	5	5	5	20	Alto	5	4	5	5	5	24	Alto	59	Alto
40	3	2	4	9	Bajo	2	2	3	2	9	Bajo	3	4	2	3	5	17	Medio	35	Medio
41	2	3	3	8	Bajo	2	3	2	3	10	Bajo	2	2	3	1	2	10	Bajo	28	Bajo
42	1	4	2	7	Bajo	5	3	2	3	13	Medio	2	5	3	2	2	14	Medio	34	Medio
43	2	2	2	6	Bajo	2	1	2	1	6	Bajo	2	2	5	1	4	14	Medio	26	Bajo
44	3	2	5	10	Bajo	3	3	3	3	12	Medio	3	1	2	2	3	11	Bajo	33	Medio
45	1	4	3	8	Bajo	3	2	3	5	13	Medio	5	4	1	5	5	20	Alto	41	Medio
46	2	2	4	8	Bajo	1	1	1	5	8	Bajo	2	1	3	4	2	12	Bajo	28	Bajo
47	1	2	3	6	Bajo	3	2	3	2	10	Bajo	3	5	4	2	4	18	Medio	34	Medio
48	3	4	5	12	Bajo	4	3	4	3	14	Medio	4	5	3	2	3	17	Medio	43	Medio
49	1	4	3	8	Bajo	3	2	3	2	10	Bajo	3	4	1	5	2	15	Medio	33	Medio
50	2	2	4	8	Bajo	1	1	1	1	4	Bajo	1	1	3	3	1	9	Bajo	21	Bajo
51	5	1	2	8	Bajo	2	3	3	3	11	Medio	3	5	3	5	3	19	Medio	38	Medio
52	5	5	5	15	Medio	5	5	5	5	20	Alto	5	4	2	5	5	21	Alto	56	Alto
53	2	3	2	7	Bajo	3	3	2	3	11	Medio	2	4	4	4	5	19	Medio	37	Medio
54	3	5	3	11	Bajo	1	4	4	4	13	Medio	4	2	2	3	2	13	Medio	37	Medio
55	1	2	3	6	Bajo	3	2	3	2	10	Bajo	3	5	4	2	4	18	Medio	34	Medio

56	3	4	5	12	Bajo	4	3	4	3	14	Medio	4	5	3	2	3	17	Medio	43	Medio
57	2	2	2	6	Bajo	2	1	2	1	6	Bajo	2	2	3	1	4	12	Bajo	24	Bajo
58	5	3	3	11	Bajo	2	2	2	2	8	Bajo	2	5	5	3	4	19	Medio	38	Medio
59	3	1	2	6	Bajo	3	3	1	3	10	Bajo	1	5	2	2	2	12	Bajo	28	Bajo
60	1	2	3	6	Bajo	2	3	3	3	11	Medio	3	4	5	3	1	16	Medio	33	Medio
61	2	2	2	6	Bajo	1	5	2	5	13	Medio	2	3	2	3	2	12	Bajo	31	Medio
62	3	2	1	6	Bajo	3	2	4	2	11	Medio	4	4	5	5	3	21	Alto	38	Medio
63	4	3	3	10	Bajo	3	2	3	2	10	Bajo	3	5	2	2	4	16	Medio	36	Medio
64	5	5	5	15	Medio	5	5	5	5	20	Alto	5	4	5	5	5	24	Alto	59	Alto
65	3	2	4	9	Bajo	2	2	3	2	9	Bajo	3	4	2	3	5	17	Medio	35	Medio
66	2	3	3	8	Bajo	2	3	2	3	10	Bajo	2	2	3	1	2	10	Bajo	28	Bajo
67	1	4	2	7	Bajo	5	3	2	3	13	Medio	2	5	3	2	2	14	Medio	34	Medio
68	2	2	2	6	Bajo	2	1	2	1	6	Bajo	2	2	5	1	4	14	Medio	26	Bajo
69	3	2	5	10	Bajo	3	3	3	3	12	Medio	3	1	2	2	3	11	Bajo	33	Medio
70	1	4	3	8	Bajo	3	2	3	5	13	Medio	5	4	1	5	5	20	Alto	41	Medio
71	2	2	4	8	Bajo	1	1	1	5	8	Bajo	2	1	3	4	2	12	Bajo	28	Bajo
72	1	4	3	8	Bajo	3	2	3	2	10	Bajo	3	4	1	5	2	15	Medio	33	Medio
73	2	2	4	8	Bajo	1	1	1	1	4	Bajo	1	1	3	3	1	9	Bajo	21	Bajo
74	5	1	2	8	Bajo	2	3	3	3	11	Medio	3	5	3	5	3	19	Medio	38	Medio
75	5	5	5	15	Medio	5	5	5	5	20	Alto	5	4	2	5	5	21	Alto	56	Alto
76	2	3	2	7	Bajo	3	3	2	3	11	Medio	2	4	4	4	5	19	Medio	37	Medio
77	3	5	3	11	Bajo	1	4	4	4	13	Medio	4	2	2	3	2	13	Medio	37	Medio
78	1	2	3	6	Bajo	3	2	3	2	10	Bajo	3	5	4	2	4	18	Medio	34	Medio
79	3	4	5	12	Bajo	4	3	4	3	14	Medio	4	5	3	2	3	17	Medio	43	Medio
80	2	2	2	6	Bajo	2	1	2	1	6	Bajo	2	2	3	1	4	12	Bajo	24	Bajo
81	5	3	3	11	Bajo	2	2	2	2	8	Bajo	2	5	5	3	4	19	Medio	38	Medio
82	3	1	2	6	Bajo	3	3	1	3	10	Bajo	1	5	2	2	2	12	Bajo	28	Bajo
83	1	2	3	6	Bajo	2	3	3	3	11	Medio	3	4	5	3	1	16	Medio	33	Medio
84	2	2	2	6	Bajo	1	5	2	5	13	Medio	2	3	2	3	2	12	Bajo	31	Medio

85	3	2	1	6	Bajo	3	2	4	2	11	Medio	4	4	5	5	3	21	Alto	38	Medio
86	4	3	3	10	Bajo	3	2	3	2	10	Bajo	3	5	2	2	4	16	Medio	36	Medio
87	5	5	5	15	Medio	5	5	5	5	20	Alto	5	4	5	5	5	24	Alto	59	Alto
88	3	2	4	9	Bajo	2	2	3	2	9	Bajo	3	4	2	3	5	17	Medio	35	Medio
89	2	3	3	8	Bajo	2	3	2	3	10	Bajo	2	2	3	1	2	10	Bajo	28	Bajo
90	1	4	2	7	Bajo	5	3	2	3	13	Medio	2	5	3	2	2	14	Medio	34	Medio
91	2	2	2	6	Bajo	2	1	2	1	6	Bajo	2	2	5	1	4	14	Medio	26	Bajo
92	3	2	5	10	Bajo	3	3	3	3	12	Medio	3	1	2	2	3	11	Bajo	33	Medio
93	1	4	3	8	Bajo	3	2	3	5	13	Medio	5	4	1	5	5	20	Alto	41	Medio
94	2	2	4	8	Bajo	1	1	1	5	8	Bajo	2	1	3	4	2	12	Bajo	28	Bajo
95	1	2	3	6	Bajo	3	2	3	2	10	Bajo	3	5	4	2	4	18	Medio	34	Medio
96	3	4	5	12	Bajo	4	3	4	3	14	Medio	4	5	3	2	3	17	Medio	43	Medio
97	3	2	4	9	Bajo	2	2	3	2	9	Bajo	3	4	2	3	5	17	Medio	35	Medio
98	2	3	3	8	Bajo	2	3	2	3	10	Bajo	2	2	3	1	2	10	Bajo	28	Bajo
99	1	4	2	7	Bajo	5	3	2	3	13	Medio	2	5	3	2	2	14	Medio	34	Medio
100	2	2	2	6	Bajo	2	1	2	1	6	Bajo	2	2	5	1	4	14	Medio	26	Bajo
101	3	2	5	10	Bajo	3	3	3	3	12	Medio	3	1	2	2	3	11	Bajo	33	Medio
102	1	4	3	8	Bajo	3	2	3	5	13	Medio	5	4	1	5	5	20	Alto	41	Medio
103	2	2	4	8	Bajo	1	1	1	5	8	Bajo	2	1	3	4	2	12	Bajo	28	Bajo
104	1	2	3	6	Bajo	3	2	3	2	10	Bajo	3	5	4	2	4	18	Medio	34	Medio
105	3	4	5	12	Bajo	4	3	4	3	14	Medio	4	5	3	2	3	17	Medio	43	Medio
106	1	2	3	6	Bajo	3	2	3	2	10	Bajo	3	5	4	2	4	18	Medio	34	Medio
107	3	4	5	12	Bajo	4	3	4	3	14	Medio	4	5	3	2	3	17	Medio	43	Medio