

Procrastinación y estrés en el engagement académico en universitarios

Procrastination and stress in academic engagement in college students

Jessica Palacios-Garay¹

Fredy Belito Hilario²

Pilar Gladys Bernaola Peña³

Tito Capcha Carrillo⁴

Recibido: 20 de diciembre de 2019. **Aceptado:** 15 de enero de 2020

RESUMEN

La investigación titulada procrastinación y estrés académico en el engagement académico en universitarios, tuvo como objetivo general determinar la incidencia de la procrastinación y estrés en el engagement académico de dichos estudiantes. La investigación fue de tipo sustantiva, y de nivel descriptivo. El diseño de la investigación fue no-experimental, de corte corte transversal o transeccional. El estudio fue correlacional-causal. El método utilizado fue el hipotético deductivo. La población compuesta por un total de 340 estudiantes universitarios. La muestra conformada por 181 universitarios de la facultad de educación de los ciclos III, V y VII, el tipo de muestreo utilizado fue el probabilístico por estratos. Para recolectar los datos se utilizaron los instrumentos de las variables. Para la variable procrastinación académica se utilizó el cuestionario de Solomon & Rothblum (1984) PASS (Procrastination Assessment Scale - Students); para la variable estrés académico se formuló con SISCO de Barraza (2007) y para la variable engagement académico se utilizó UWES-Student de Salanova, Bresó y Schaufeli (2005). El procesamiento de datos se realizó con el software SPSS (versión 22) y Excel 2010. En la investigación se encontraron según las evidencias estadísticas que existe incidencia significativa de la procrastinación y estrés académico en la dimensión vigor del engagement académico con 54.8%. Así mismo se encontró que la procrastinación y estrés académico inciden en el engagement académico en universitarios; debido a la desviación $p < 0.05$ y el modelo es explicado en 70.4%.

Palabras claves: procrastinación; estrés académico; engagement académico; universitarios.

1 Universidad Norber Wiener. Correo electrónico: jessica.palacios@uwiener.edu.pe, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2315-1683>

2 Universidad Católica San José. Correo electrónico: pafredy@hotmail.es, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6227-3774>

3 Universidad Cesar Vallejo. Correo electrónico: pilarbernaola15@hotmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3936-1677>

4 Universidad Peruana de las Américas. Correo electrónico: imperiotito@hotmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7381-840X>

© 2020 Revista Multi-Ensayos.



Este trabajo está licenciado bajo una [Licencia Internacional Creative Commons 4.0 Atribución-NoComercial-CompartirIgual](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).

ABSTRACT

The research entitled procrastination and academic stress in academic engagement in university students, had as a general objective to determine the incidence of procasting and stress in the academic engagement of these students. The research was substantive and descriptive. The research design was non-experimental, cross-sectional or transectional. The study was correlational-causal. The method used was the hypothetical deductive. The population composed of a total of 340 university students. The sample made up of 181 university students from the faculty of education of cycles III, V and VII, the type of sampling used was the probabilistic by strata. To collect the data, the instruments of the variables were used. For the academic procrastination variable, the Solomon & Rothblum (1984) PASS (Procrastination Assessment Scale - Students) questionnaire was used; For the academic stress variable, it was formulated with SISCO de Barraza (2007) and for the academic engagement variable, UWES-Student from Salanova, Bresó and Schaufeli (2005) was used. Data processing was performed with the SPSS software (version 22) and Excel 2010. In the investigation, according to statistical evidence, there is a significant incidence of procrastination and academic stress in the vigorous dimension of academic engagement with 54.8%. Likewise, it was found that academic procrastination and stress affect academic engagement in university students; due to the deviation $p < 0.05$ and the model is explained in 70.4%.

Keywords: procrastination; academic stress; academic engagement; university students.

INTRODUCCIÓN

Existen investigaciones que revelan que en el contexto universitario que se vive se exponen al estudiante a determinadas situaciones secuenciales y potencialmente estresantes, que hace un constante riesgo de experimentar este síndrome, el cual agota los recursos físicos y emocionales. Este problema se ve asociado a la procrastinación que Steel (2007) estimó que entre el 80% y el 95% de los universitarios adoptan comportamientos que son postergatorias y en alguna oportunidad, el 75% se consideran a sí mismos procrastinadores y el 50% aplazan con frecuencia sus dedicaciones académicas.

(Medrano & Olaz, 2008) sostuvieron que para estos tiempos la secuencia o el paso de la enseñanza media o colegio a estudios superiores o al ámbito universitario constituye una situación crítica para miles de jóvenes. Hay muchos factores que hacen que los universitarios abandonen sus carreras originando así, la deserción universitaria de forma significativa. Por ello (Merhi, Sánchez, & Palací, 2018) concluyeron en su investigación sobre abandono y fracaso escolar en la educación superior de manera consistente, que la mayoría de los casos ocurren durante los dos primeros años académicos. Para llegar a comprender este fenómeno se debe considerar aspectos demográficos, sociales, institucionales pero sobre todo factores psicológicos.

Muchos jóvenes universitarios presentan dificultades en sus hábitos de autorregulación de sus actividades, repercutiendo en un retraso irracional de sus actividades académicas donde se pospone voluntariamente una acción que se tenía la intención de realizarse, esto es procrastinación, que evidentemente afecta en aquellos comportamientos académicos óptimos, creencias de autoeficacia, bienestar psicológico, satisfacción académica y permanencia en los estudios, esto es denominado como engagement académico o compromiso académico.

Uno de las tantas problemáticas que se evidencia en los universitarios es la falta de un ordenamiento óptimo en su compromiso de estudio que se debe a las causas que le orientan en dicho proceso que incluye: el uso de procedimientos apropiados, solucionando problemas de manera independiente y cambiando estudios a situaciones nuevas, estando predispuestos a la comunicación y colaboración con otros, teniendo una auto idea ajustada, asumiendo deberes, haciendo selecciones y relativizando frustraciones. También la situación del estrés académico lo va experimentado en los cursos básicos o generales y el contraste de las exigencias al llegar al nivel superior.

Caballero, Hederich, & García (2015) concluyeron en su investigación que tener conocimientos sobre engagement académico es necesario para luego poder detectar los mecanismos que puedan disminuirlo y así evitar la deserción universitaria (p.257). Es evidente que la causa del abandono de estudiantes universitarios de la facultad de educación se debe esta situación psicopedagógica que pasan y el estrés académico, ideas estereotipadas que le es difícil superarlos. La ansiedad en la vida del joven universitario hace que se bloquee al asumir compromisos académicos.

Según Procrastination Assessment Scale-Students" - PASS de Solomon & Rothblum (1984), la procrastinación se divide en dos dimensiones: primero la prevalencia de procrastinación en distintas áreas académicas y segundo, razones para procrastinar. En cuanto a la dimensión primera: prevalencia de procrastinación en distintas áreas académicas. Afirma Solomon y Rothblum (1984) citado en Vallejos (2015), que la procrastinación académica implica la experiencia de ansiedad y esto se debe a consecuencia de que se consideran persistentes ante la demora en las tareas académicas.

Secuencialmente la dimensión es razones para procrastinar. Según Solomon y Rothblum (1984) citado en Vallejos (2015), señalaron que la demostración de posponer una tarea que involucra al individuo encuentra algún error, por lo tanto, siempre se podrá detectar los motivos o razones que llevan a un estudiante a procrastinar. En coherencia con esto Pittman, Tykocinski, SandmanKeinan y Matthews (2008) señalaron que el no poder culminar una tarea a tiempo o sentir la incapacidad de poder cumplir con esta favorablemente hace que el sujeto experimente una especie de malestar y una tendencia a sentirse abrumado. Así mismo Moreta, Durán, & Villegas, (2018) evidenciaron que "la procrastinacion no es un problema limitado a la mala planificación del tipo, sino a una interacción entre aspectos afectivos como el miedo al fracaso, cognitivos como excesiva confianza y conductas de autoeficacia" (p. 157).

Siguiendo las directrices de (OPS/OMS, 2016) definió el estrés académico como "aquellas situaciones implícitas en el proceso educativo que no son controladas por el estudiante y que pueden causarle enfermedades cardiovasculares, músculoesqueléticas, reproductivas, trastornos del sueño y/o del comportamiento" (Zárate, Soto, Castro, & Quintero, 2017, p. 92.).Las dimensiones de estrés académico. Barraza (2007) planteó 3 dimensiones respecto al estrés académico, que comprenden unos como estresores, otros como síntomas y por último otros como estrategias de afrontamiento.

Según Barraza (2007) afirma que los estresores se pueden clasificar en: a) acontecimientos vitales tales como separación de la pareja, enfermedad del individuo o de un familiar cercano, muerte de un ser querido, exámenes de la especialidad para el caso de los estudiantes, entre otros; en la misma dirección Zárate,

et al. (2017) señalaron como estresores el examen y su proximidad, en planteamiento de los trabajos contradictorias por parte del profesor y la abundancia de teorías proporcionadas. La dimensión síntomas Barraza (2007) Indicó tres formas de reacciones a la presión académica: físicos: tensión, agotamiento, presión sanguínea excesiva, problemas gástricos, pérdida de capacidad para alcanzar un propósito, dolor o, gripe, pérdida del peso.

Los síntomas psicológicos: el ser nervioso, desánimo, ira inmoderada, falta de confianza, inquietud, poca motivación, problemas para controlar un estado de cosas, mente negativa hacia la existencia. La dimensión estrategias de afrontamiento. Cuando el estímulo estresor desencadena en el sujeto una serie de exteriorizaciones que denotan la presencia de un desequilibrio sistémico en su relación con el entorno, dicho sujeto deberá actuar de modo tal de restaurar el equilibrio perdido. Ese proceso de actuación será llevado a cabo gracias a una valoración que tiene por objeto la capacidad de afrontamiento; cuando el entorno se presenta amenazante para el sujeto es este proceso psicológico de interpretación el que se llevará a cabo. (Barraza, 2008).

Definiciones más cercana a nuestros tiempos enfatizan en la parte psicológica, al engagement académico definido por Urquijo & Extremera (2017) como “un estado de bienestar psicológico, es decir de un comportamiento intrínseco hacia los estudios” (p. 557). La parte más sociológica como Capri, Gündüz, & Akbay, (2017) explicitaron el engagement académico desde una visión de oposición a algo y por ello explicaban como “comportamiento organizacional positivo que se expresa como el polo opuesto o la antítesis positiva del agotamiento, se describe como el enfoque positivo de la mente con vigor, dedicación, y absorción. Más que un estado momentáneo, el compromiso se describe como un estado emocional-cognitivo constante” (p. 412).

En cuanto a las dimensiones del engagement académico Salanova, Bresó y Schaufeli (2005) establecieron que el engagement representa estados afectivos de plenitud y motivaciones para alcanzar objetivos a través de una forma de activaciones, energía, esfuerzos y persistencias. Se caracterizan por el vigor, dedicación, y absorción en las actividades académicas que realiza (Schaufeli, Salanova, González-Romá, & Bakker, 2002).

DESARROLLO

Método y metodología

Para el estudio se ha utilizado el método hipotético deductivo, enfoque cuantitativo, tipo de investigación sustantiva, ya que estuvo “orientado a describir, predecir o retrodecir la realidad”. Sánchez y Reyes (2015, p. 45). Este estudio se realizó dentro del nivel descriptivo-explicativo, que según Sánchez y Reyes (2015) consistió en describir el fenómeno en una circunstancia de tiempo y espacio y de esta forma explicar las causas y efectos sobre la incidencia de procrastinación y estrés en el engagement académico.

El diseño de la investigación presente fue no experimental, con un corte transversal o transaccional, ya que se estudió a los sujetos en un solo momento, sin manipular las variables. Y en definitiva, siguiendo a

Hernández, Fernández y Baptista (2014) este estudio fue correlacional-causal, por tratarse de “pretender analizar relaciones causales” (p. 157).

La población del trabajo investigación compuesta por 340 estudiantes de la facultad de educación, carrera de inglés, la muestra fue de 181 universitarios por ello se utilizó el muestreo probabilístico por estratos teniendo en cuenta los ciclos, la técnica utilizada fue la encuesta y los instrumentos fueron los cuestionarios estandarizados de cada una de las variables se contextualizaron a la realidad de los universitarios con la validez de Aiken juicios de expertos y la confiabilidad a través del Alfa de Cronbach, asimismo el análisis confirmatorio para verificar la comprensión de los ítems por los sujetos de la prueba piloto.

Para la normalidad de los datos se empleó la prueba de bondad de ajuste Kolmogorov-Smirnov con prueba de decisión estadística, determinando que la muestra no tiene una distribución normal. Se utilizaron estadísticos descriptivos e inferenciales. Para la contrastación de hipótesis se utilizó la regresión logística ordinal.

RESULTADOS

En los resultados se encontró que las variables y dimensiones presentan p valor < 0.05 según la prueba de normalidad de Kolmogorov- Smimov por lo que se establece que la distribución de los datos es no normal y se decide realizar la contrastación de hipótesis con una prueba no paramétrica: Regresión logística ordinal.

Tabla 1: Información sobre el ajuste del modelo que explica la incidencia de la procrastinación y el estrés académico en el engagement académico

Información de ajuste de los modelos				
Modelo	Logaritmo de la verosimilitud -2	Chi-cuadrado	gl	Sig.
Sólo intersección	212,458			
Final	46,856	165,601	5	,000
Función de enlace: Logit.				

En la tabla se evidenció que el nivel de significancia calculada es de .000, dicho valor es menor a 0.05, lo cual admite que existe dependencia entre las variables independiente respecto a la variable dependiente: La procrastinación y estrés académico inciden en el engagement académico de los universitarios.

Tabla 2: Prueba R² para explicar que la procrastinación y estrés académico indiquen en el engagement académico

Pseudo R cuadrado	
Cox y Snell	,599
Nagelkerke	,704
McFadden	,479
Función de enlace: Logit.	

De los resultados obtenido en la tabla se observa que el valor de R² Nagelkerke se calculó el valor de .704 lo cual significa que el modelo logra explicar en un 70.4% la variabilidad de los datos.

Tabla 3; Información sobre el ajuste del modelo que explica la incidencia de la procrastinación y estrés académico inciden en el vigor del engagement académico de los universitarios

Información de ajuste de los modelos				
Modelo	Logaritmo de la verosimilitud -2	Chi-cuadrado	gl	Sig.
Sólo intersección	174,597			
Final	60,116	114,481	5	,000
Función de enlace: Logit.				

En la tabla se evidenció que el nivel de significancia calculada es de .000, dicho valor es menor a 0.05, lo cual admite que existe dependencia entre las variables independientes respecto a la variable dependiente: La procrastinación incide en el vigor del engagement académico de los universitarios.

Tabla 4: Prueba R² para explicar la incidencia de la procrastinación y estrés académico en el vigor del engagement académico de los universitarios

Pseudo R cuadrado	
Cox y Snell	,469
Nagelkerke	,548
McFadden	,326
Función de enlace: Logit.	

De los resultados obtenido en la tabla se observa que el valor de R² Nagelkerke se calculó el valor de .548 lo cual significa que el modelo logra explicar en un 54.8% la variabilidad de los datos.

Tabla 5: Información sobre el ajuste del modelo que explica la incidencia de la procrastinación y estrés académico en la dedicación del engagement académico de los universitarios

Información de ajuste de los modelos				
Modelo	Logaritmo de la verosimilitud -2	Chi-cuadrado	gl	Sig.
Sólo intersección	172,664			
Final	62,555	110,109	5	,000
Función de enlace: Logit.				

En la tabla se evidenció que el nivel de significancia calculada es de .000, dicho valor es menor a 0.05, lo cual admite que existe dependencia entre las variables independientes respecto a la variable dependiente: La procrastinación y estrés académico inciden en la dedicación del engagement académico de los universitarios.

Tabla 6: Prueba R² para explicar la incidencia de la procrastinación y estrés académico en la dedicación del engagement académico de los universitarios

Pseudo R cuadrado	
Cox y Snell	,456
Nagelkerke	,532
McFadden	,313
Función de enlace: Logit.	

De los resultados obtenido en la tabla se observa que el valor de R² Nagelkerke se calculó el valor de .532 lo cual significa que el modelo logra explicar en un 53.2% la variabilidad de los datos.

Tabla 7: Información sobre el ajuste del modelo que explica la incidencia de la procrastinación y el estrés académico en la absorción del engagement académico de los universitarios

Información de ajuste de los modelos				
Modelo	Logaritmo de la verosimilitud -2	Chi-cuadrado	gl	Sig.
Sólo intersección	160,568			
Final	63,354	97,214	5	,000
Función de enlace: Logit.				

En la tabla se evidenció que el nivel de significancia calculada es de .000, dicho valor es menor a 0.05, lo cual admite que existe dependencia entre las variables independientes respecto a la variable dependiente: La procrastinación y el estrés académico inciden en la absorción del engagement académico de los universitarios.

Tabla 8 Prueba R² para explicar la incidencia de la procrastinación y el estrés académico en la absorción del engagement académico de los universitarios

Pseudo R cuadrado	
Cox y Snell	,416
Nagelkerke	,480
McFadden	,267
Función de enlace: Logit.	

De los resultados obtenido en la tabla se observa que al convertir en R² Nagelkerke se calculó el valor de .480 lo cual significa que el modelo logra explicar en un 48.0% la variabilidad de los datos.

CONCLUSIÓN

La procrastinación y estrés académico inciden significativamente en el engagement académico de los universitarios debido a la desviación $p < 0.05$ y el modelo es explicado en 70.4%

La procrastinación y estrés académico inciden significativamente en el vigor del engagement académico de los universitarios; debido a la desviación $p < 0.05$ y el modelo es explicado en 54,8%

La procrastinación y estrés académico inciden significativamente en la dedicación del engagement académico de los universitarios; debido a la desviación $p < 0.05$ y el modelo es explicado en 53,2%

La procrastinación y estrés académico inciden significativamente en la absorción del engagement académico de los universitarios; debido a la desviación $p < 0.05$ y el modelo es explicado en 48,0%

REFERENCIAS

- Barraza, A. (2007). El estrés académico en alumnos de educación media superior: Un estudio comparativo. *Universidad Pedagógica de Durango*, 7(1), 1-18.
- Barraza, A. (2008). El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos. *Av. Psicol. Latinoam.* 26, (2), 270-289. Recuperado de: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-47242008000200012&lng=en&nrm=iso. ISSN 1794-4724
- Caballero, C. C., Hederich, C., & García, A. (2015). Relación entre burnout y engagement académicos con variables sociodemográficas y académicas. *Psicología desde el Caribe. Universidad del Norte.*, Vol. 32 (2), 254-267.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). Metodología de la Investigación. (6a ed.) Mcgraw-Will/ Interamericana Editores S.A. DE C.V. ISBN: 978-1-4562- 2396.
- Medrano, L., y Olaz, A. (2008). Medición del Engagement Académico en Estudiantes Universitarios. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 2(40), 114-124 Recuperado de <https://www.redalyc.org/service/redalyc/downloadPdf/4596/459645432012/6>.
- Merhi, R., Sánchez, A., & Palací, F. J. (2018). the role of psychological strengths, coping strategies and well-being in the prediction of academic engagement and burnout in first-year university students. *Acción Psicológica*, 15(2), 51–68. <https://doi.org/10.5944/ap.15.2.21831>.
- Moreta, R., Durán, T., & Villegas, N. (2018). Emotional Regulation and Performance as Predictors of Academic Procrastination in University Students. *Journal of Psychology and Education*, 13(2), 155-166.
- Parra, P. (2010). Relación entre nivel de Engagement y el rendimiento académico teórico/práctico. *Rev Educ Cienc Salud*, 7(1), 57-63.
- Rothblum, E., Solomon, J., y Murakami, J. (1986). Affective, cognitive, and Behavioral differences between high and low procrastinators. *Journal of counseling psychology*, 33, 387-394.
- Salanova, M., Bresó, E., y Schaufeli, W. B. (2005). Hacia un modelo espiral de las creencias de eficacia en el estudio del burnout y del engagement. *Ansiedad y estrés*, 11(2-3), 215-231.
- Schaufeli, W. B., Salanova, M., González-Romá, V., & Bakker, A. (2002). The measurement of burnout and engagement. A confirmatory factor analytic approach. *Journal of Happiness Studies*(3), 71-92. Recuperado de <http://www.wilmarschaufeli.nl/publications/Schaufeli/178.pdf>
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503-509. doi:10.1037/0022-0167.31.4.503
- Steel, P. (2007). *The Nature of Procrastination: A meta-Analytic and Theoretical Review of Quintessential Self-Regulatory Failure*. *Psychological Bulletin*, 133, 65-94

- Rothblum, E. D., Solomon, L. J., & Murakami, J. (1986). Affective, cognitive, and behavioral differences between high and low procrastinators. *Journal of Counseling Psychology*, 33(3), 387–394.
- Urquijo, I., & Extremera, N. (2017). Academic satisfaction at university: the relationship between emotional intelligence and academic engagement. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 15(3), 553-573.
- Vallejos, S. (2015). *Procrastinación académica y ansiedad frente a las evaluaciones en estudiantes universitarios*. (Tesis). Lima, Perú: Pontificia Universidad Católica del Perú.
- Vizoso, C., & Arias, O. (2016). Academic engagement, burnout and performance in university students and their relationship with priority on choosing the career. *Revista de Psicología y Educación*, 11(1), 45-60.
- Zárate, N. E., Soto, M. G., Castro, M. L., & Quintero, J. R. (2017). Estrés académico en estudiantes universitarios: medidas preventivas. *Revista de la Alta Tecnología y la Sociedad*, 9(4).