







ARTÍCULO ORIGINAL

Estrés académico como motivador para los estudios: su relación en estudiantes universitarios de Villa el Salvador, Perú***Academic stress as a motivator for studies: its relationship in university students from Villa el Salvador, Peru***

Joan Carlos Espinoza Sotelo¹  , Susana Geraldine Angulo Adrianzen¹  
y Brisa Araceli Claver Purizaca Estevez¹  

¹Universidad Tecnológica del Perú, Perú

Citar como: Espinoza, J.C., Angulo, S.G. y Purizaca, B.A.C. (2025). Estrés académico como motivador para los estudios: su relación en estudiantes universitarios de Villa el Salvador, Perú. *Revista San Gregorio*, 1(61), 40-45. <http://dx.doi.org/10.36097/rsan.v1i61.3433>

Recibido: 09-01-2025

Aceptado: 26-02-2025

Publicado: 31-03-2025

RESUMEN

La relación entre el estrés académico y la motivación en los estudiantes universitarios es un tema clave para comprender su desempeño académico. El presente estudio tuvo como objetivo identificar la relación entre el estrés académico y la motivación en estudiantes de una universidad privada de Villa San Salvador, Perú. La investigación fue de tipo correlacional, con diseño no experimental y enfoque cuantitativo. La muestra estuvo conformada por 159 estudiantes. Se utilizó el Inventario SISCO de estrés académico, adaptado al contexto peruano, y el cuestionario MAPE 3 - M para medir la motivación. Los dos instrumentos fueron validados por expertos y su confiabilidad fue hallada mediante el coeficiente Alfa de Cronbach. Los resultados de la investigación mostraron una correlación positiva significativa entre el estrés académico y la motivación, con un coeficiente de correlación de .853. Asimismo, en los resultados se observaron correlaciones significativas entre las dimensiones del estrés académico y la motivación: estímulos estresores ($\rho = .785$), desequilibrio sistemático ($\rho = .786$) y estrategias de afrontamiento ($\rho = .799$). Se concluyó que existe una relación significativa entre las variables de estudio, lo que resalta la importancia de seguir investigando sobre estos factores dentro del contexto universitario peruano.

Palabras clave: Estrés académico; motivación; estudiantes universitarios.

ABSTRACT

The relationship between academic stress and motivation in university students is a key topic for understanding their academic performance. This study aimed to identify the relationship between academic stress and motivation among students at a private university in Villa San Salvador, Peru. The research was correlational in nature, employing a non-experimental design with a quantitative approach. The sample consisted of 159 students. The SISCO Inventory of Academic Stress, adapted to the Peruvian context, and the MAPE 3 - M questionnaire were used to measure motivation. Both instruments were validated by experts, and their reliability was determined using Cronbach's Alpha coefficient. The research results revealed a significant positive correlation between academic stress and motivation, with a correlation coefficient of .853. Additionally, significant correlations were observed between the dimensions of academic stress and motivation: stress-inducing stimuli ($\rho = .785$), systematic imbalance ($\rho = .786$), and coping strategies ($\rho = .799$). The study concluded that there is a significant relationship between the variables, underscoring the importance of further research on these factors within the Peruvian university context.

Keywords: Academic stress; motivation; university students.



INTRODUCCIÓN

El estrés académico es un fenómeno mundialmente estudiado debido a su prevalencia entre los universitarios. Según un estudio realizado en Ecuador por Chiluis & Guadalupe (2024), el 89.5% de los estudiantes de casa superior evaluados presentaron niveles de estrés profundo, lo que evidencia la magnitud del problema. En México, Sánchez (2024) señaló que el 76.2% de los universitarios presentaban estrés académico moderado, reflejando un desafío común en el ámbito educativo.

Asimismo, Betancourt et al. (2024) encontraron que el 65.1% de los estudiantes ecuatorianos, presentaban estrés académico moderado, sugiriendo la necesidad de intervenciones efectivas. Estos resultados no son distintos a la realidad peruana pues en la investigación de Estrada et al. (2024), reportaron que el 76.2% de los estudiantes universitarios experimentaron estrés académico, mientras que el 59.5% presentaron agotamiento emocional moderado, indicando una relación significativa entre ambas variables. Finalmente, un estudio en Lima Metropolitana realizado por Arpi et al. (2024), mostraron que el 82% de los estudiantes universitarios experimentaban altos niveles de estrés académico, lo que impactaba directamente en sus conductas de salud.

Por otro lado, la motivación académica también representa un reto significativo a nivel internacional. En la investigación realizada en Colombia por Patiño et al. (2024) encontraron que el 45% de los estudiantes universitarios presentaron niveles bajos de motivación, lo que afectaba su rendimiento académico. En Ecuador, Sempértegui (2024) reportó que el 65% de los estudiantes de primer y último año de estudios presentaron un nivel bajo de motivación. En Perú, la situación es distinta pues un estudio realizado por Correa (2024) evidenció que solo el 2.3% se ubica en la categoría bajo en motivación académica, igualmente en la investigación de Aparicio (2024), el 90% de la población estudiantil de una universidad pública mostró tener un nivel alto en interés y satisfacción mientras que el 87% en la misma categoría en compromiso académico, siendo ambas dimensiones de la motivación académica.

La relación entre el estrés académico y la motivación también ha sido objeto de múltiples estudios, demostrando que ambas variables están profundamente conectadas. Frank & Hurtado (2024) encontraron en Ayacucho que el 65.1% de los estudiantes con niveles moderados de estrés académico también presentaron niveles bajos de motivación académica, sugiriendo una relación inversa. De manera similar, Romero (2024) reportó en Trujillo que el 60% de los estudiantes universitarios con bajos niveles de motivación académica tendían a procrastinar más, lo que aumentaba sus niveles de estrés académico.

Finalmente, en Lima, Navarro (2024) evidenció que un 54.4% de los estudiantes que presentaban altos niveles de autoeficacia también experimentaron un mayor grado de motivación académica, demostrando que un clima de aprendizaje adecuado puede mitigar los efectos del estrés. Por tanto, la presente investigación tiene como objetivo identificar la relación entre el estrés académico y la motivación en estudiantes de una universidad privada de Villa San Salvador, Perú.

METODOLOGÍA

El presente estudio fue de tipo correlacional y transversal, ya que se centró en la relación entre dos variables: estrés académico y motivación. El diseño fue no experimental y ex post facto, dado que no se manipuló ninguna variable, y los datos se recolectaron en un solo momento posterior a los hechos ocurridos. La información se procesó utilizando el programa SPSS v.27, con la prueba no paramétrica Rho de Spearman para el análisis inferencial, con un nivel de significancia del .05.

La población estuvo conformada por 1550 estudiantes de una universidad privada en Villa El Salvador, con edades entre los 18 y 25 años. Se utilizó un muestreo no probabilístico intencional, seleccionando a 159 estudiantes como muestra, quienes cumplieron con los siguientes criterios de inclusión: estudiantes que voluntariamente aceptaron participar en la investigación, de ambos sexos, y que completaron el formulario de la encuesta. Se excluyeron a aquellos que eran menores de edad, que completaron incorrectamente los instrumentos y que decidieron retirarse de la evaluación, aunque lo hayan iniciado.

La información se obtuvo mediante encuestas distribuidas a través de Google Forms. Se aplicaron dos instrumentos. El primero fue el Inventario Sisco de Estrés Académico, desarrollado por Barraza (2007), compuesto por 45 ítems que evalúan estímulos estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento. El coeficiente de validación para esta versión fue $\alpha = 0,91$. El segundo instrumento fue el cuestionario MAPE 3 de Alonso et al. (2021), adaptado como MAPE 3-M, que evalúa la motivación en tres dimensiones: motivación extrínseca, motivación intrínseca y ansiedad para mejorar el desempeño. Este cuestionario contiene 42 ítems, con respuestas dicotómicas (Sí/No).

Los datos fueron recolectados en modalidad semipresencial. Se compartió el enlace al formulario de Google Forms y el código QR a través de grupos de WhatsApp, y los estudiantes accedieron y completaron los cuestionarios. Los datos recopilados fueron exclusivamente para fines académicos. Posteriormente, se procesaron utilizando el programa SPSS v.27, limpiando la base de datos para eliminar los formularios que no cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión. Las pruebas estadísticas se realizaron con tablas en formato APA.

RESULTADOS

Como se aprecia en la tabla 1, las variables motivación, estrés académico y sus dimensiones (estímulos estresores, desequilibrio sistemático y estrategias de afrontamiento) no presentan una distribución normal, dado que todos los valores de significancia son inferiores a .05, es por ello que se utilizó la prueba no paramétrica Rho de Spearman para contrastar las hipótesis.

Tabla 1. Prueba de normalidad Kolmogorov Smirnov.

	Estadísticos	gl	Sig.
Estrés académico	,093	159	,002
Estímulos estresores	,122	159	,000
Desequilibrio sistemático	,108	159	,000
Estrategias de afrontamiento	,102	159	,000
Motivación	,141	159	,000

La tabla 2, muestra el coeficiente de correlación de Spearman entre el estrés académico y la motivación de los universitarios. El resultado indica una correlación positiva muy fuerte ($Rho = 0.853$, $p < 0.001$) entre ambas variables. Esto quiere decir que cuando un estudiante está expuesto a situaciones en las que el estrés académico se incrementa, mayor es la motivación por lo que se entiende que se convierte en un potenciador, un elemento favorable para alcanzar las metas que se hayan propuesto.

Tabla 2. Relación entre estrés académico y motivación de los estudiantes universitarios.

			Motivación
Rho de Spearman	Estrés académico	Coeficiente de correlación	,853
		Sig. (bilateral)	000
		N	159

En la tabla 3, el resultado muestra una correlación positiva fuerte ($Rho = 0.785$, $p < 0.001$), lo que indica que a medida que aumentan los estímulos estresores como por ejemplo la demanda horaria, el nivel de dificultad de un trabajo, una situación de exposición o un desafío como aprobar un examen con una alta nota, también hace que se incremente la motivación hacia los logros académicos.

Tabla 3. Relación entre estímulos estresores y motivación de los estudiantes universitarios.

			Motivación
Rho de Spearman	Estímulos estresores	Coeficiente de correlación	,785
		Sig. (bilateral)	000
		N	159

La tabla 4 revela una correlación positiva fuerte ($Rho = 0.786$, $p < 0.001$), indicando que, aunque exista un mayor desequilibrio sistemático evidenciado en reacciones físicas como insomnio, psicológicos como inquietud y conductuales como aislamiento, la motivación académica de los estudiantes universitarios no disminuye, por el contrario, se incrementa.

Tabla 4. *Relación entre desequilibrio sistemático y motivación de los estudiantes universitarios.*

		Motivación
Rho de Spearman	Desequilibrio	Coefficiente de correlación
	sistemático	Sig. (bilateral)
		N
		,786
		000
		159

De acuerdo con la tabla 5, el resultado indica una correlación positiva fuerte ($Rho = 0.799$, $p < 0.001$), lo que sugiere que el uso de estrategias de afrontamiento más efectivas para recuperar el equilibrio sistemático, es decir que cuando un universitario tiene altas capacidades que favorecen el afrontamiento a situaciones estresantes, éste se asocia con un mayor nivel de motivación en los universitarios.

Tabla 5. *Relación entre estrategias de afrontamiento y motivación de los estudiantes universitarios.*

		Motivación
Rho de Spearman	Estrategias de	Coefficiente de correlación
	Afrontamiento	Sig. (bilateral)
		N
		,799
		000
		159

DISCUSIÓN

Analizando los resultados del estudio, se observa que existe una correlación positiva muy significativa entre la motivación y el manejo del estrés académico en los estudiantes universitarios ($\rho = 0.853$, $p < 0.01$). Estos resultados sugieren que los estudiantes con mayores niveles de motivación tienden a manejar mejor el estrés académico, lo que a su vez impacta favorablemente en su desempeño académico, es decir que la motivación es un potenciador para confrontar un estrés alto.

Este hallazgo concuerda con investigaciones previas, como las de García et al. (2024) y Rojas et al. (2024), quienes también encontraron que la motivación intrínseca está relacionada con una mejor gestión del estrés académico en estudiantes de universidades en Colombia y Chile, respectivamente. Además, este resultado respalda la Teoría de la Autodeterminación de Deci & Ryan (1985), que sugiere que la motivación intrínseca fomenta el bienestar y la resiliencia ante el estrés.

Sin embargo, difiere de los estudios de Mendoza (2023) y Banda (2023), que encontraron que la motivación extrínseca no redujo significativamente el estrés académico y, en algunos casos, incluso lo incrementó en contextos altamente competitivos. Estas discrepancias pueden explicarse por las diferencias en los tipos de motivación predominante y los contextos educativos, lo que resalta la importancia de analizar la motivación de manera diferenciada y de acuerdo con los entornos en los que se desarrolla.

Por otro lado, la correlación significativa entre las estrategias de afrontamiento y la motivación ($\rho = 0.799$, $p < 0.01$) refuerza la idea de que aquellos estudiantes que utilizan estrategias efectivas para enfrentar el estrés tienden a mantener altos niveles de motivación. Este hallazgo es consistente con estudios como los de Salamea Nieto et al. (2024), que indican que las estrategias de afrontamiento centradas en la resolución de problemas promueven la motivación intrínseca. No obstante, contrasta con investigaciones como la de Galarza et al. (2023), que señalan que las estrategias pasivas, como la evitación, pueden disminuir la motivación y aumentar la procrastinación.

Asimismo, se encontró una correlación positiva entre los estímulos estresores y la motivación ($\rho = 0.785$, $p < 0.01$), lo que sugiere que ciertos niveles de estrés pueden ser percibidos como desafíos que motivan a los estudiantes. Este resultado es coherente con la teoría del estrés de Lazarus & Folkman (1984), que plantea que el estrés, cuando se percibe como un reto, puede aumentar la motivación. Sin embargo, contrasta con estudios previos, como el de Martínez-Pérez et al. (2023), que asociaron el estrés exclusivamente con efectos negativos sobre el rendimiento académico.

En cuanto al desequilibrio sistemático, los resultados muestran que este también se correlaciona de manera significativa con la motivación ($\rho = .786$, $p < 0.01$), sugiriendo que los estudiantes pueden aumentar su motivación cuando enfrentan desafíos académicos o personales. Este hallazgo coincide con estudios como el de Vitaela & Fernández (2024), que indican que los desequilibrios estructurales pueden fomentar la motivación si

se manejan adecuadamente. No obstante, difiere de estudios como el de Ramírez et al. (2023), que asociaron el desequilibrio con el agotamiento emocional y la disminución de la motivación.

Finalmente, es importante señalar algunas limitaciones del estudio, como el diseño transversal que impide establecer relaciones causales definitivas y la posibilidad de sesgo en la autoinformación, ya que los participantes proporcionaron datos sobre su propio estrés y motivación. Además, la falta de homogenización en la muestra genera la posibilidad de que los resultados tengan una tendencia a favor de un género en específico, lo que subraya la necesidad de realizar futuras investigaciones considerando los aspectos mencionados para fortalecer el conocimiento sobre la relación entre el estrés académico y la motivación en los estudiantes universitarios.

CONCLUSIONES

Los resultados de esta investigación son consistentes con otros estudios realizados a nivel mundial, al demostrar una correlación muy significativa entre el estrés académico y la motivación en los estudiantes universitarios. Esta relación sugiere que los estudiantes con altos niveles de motivación tienden a manejar mejor el estrés académico, lo cual puede traducirse en un mejor desempeño académico.

Además, se encontró una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y la motivación, lo que indica que los estudiantes que emplean estrategias efectivas para enfrentar el estrés académico experimentan un aumento en su motivación. De manera similar, se observó una relación significativa entre los estímulos estresores y la motivación, sugiriendo que dichos estímulos influyen directamente en los niveles de motivación de los estudiantes, afectando su capacidad para enfrentar el estrés académico. Esto resalta la importancia de gestionar adecuadamente los estímulos estresores en el entorno académico para mantener o aumentar la motivación de los estudiantes.

Finalmente, el estudio reveló que los desequilibrios sistemáticos en el entorno académico, como cambios abruptos o inconsistencias, afectan de manera significativa la motivación de los estudiantes. Se sugiere la necesidad de abordarlo asegurando un entorno de aprendizaje más estable y equitativo a través del desarrollo programas que tomen en cuenta estos factores sería beneficioso para garantizar un mejor manejo del estrés y una mayor motivación entre los estudiantes.

REFERENCIAS

- Alonso Tapia, J., Montero, I. & Huertas, J. A. (2000). Evaluación de la motivación en sujetos adultos: el cuestionario MAPE-3. Universidad Autónoma de Madrid. https://repositori.uvic.cat/bitstream/handle/10854/4162/trealu_a2015_martinez_estrella_inmediatesa_annex_1.pdf?sequence=2
- Aparicio, P. (2024). Realidad aumentada y motivación académica en una universidad pública, Lima - 2024. [Tesis de Segunda Especialidad, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/153756>
- Arpi, E., Geronimo, A., Huertas, D., Torres, N., & Guerrero, M. (2024). Estrés académico en la conducta de salud en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Revista San Gregorio*, 1(58), 78-86. <https://doi.org/10.36097/rsan.v1i58.2508>
- Banda Castro, A. L. (2023). Capital psicológico que influye a la motivación intrínseca de universitarios del noroeste de México. *Interdisciplinaria*, 40(2), 169-180. http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S1668-70272023000200169&script=sci_arttext
- Barraza, A. (2007). Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del estrés académico. *Revista psicológiccientifica. com*, 9(10), 40-50. https://www.ecorfan.org/libros/Inventario_SISCO_SV-21/Inventario_sist%C3%A9mico_cognoscitivista_para_el_estudio_del_estr%C3%A9s.pdf
- Betancourt, S. Cárdenas, A. Palma, L. & Bajaña, E. (2024). Nivel de estrés académico en estudiantes universitarios. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 5(4), 1321 - 1328. <https://doi.org/10.56712/latam.v5i4.2335>
- Correa, D. (2024). Motivación académica y gamificación en los estudiantes de 1er ciclo de pregrado de una universidad de Lima, 2023. [Tesis de Maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional, <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/141391>
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1985). Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. Plenum.
- Estrada, E., Farfán, M., Aquisé, J., Lavilla, L., & Mamani, M. (2024). Estrés académico y cansancio emocional en estudiantes universitarios: Un estudio transversal. *Gaceta Médica De Caracas*, 132(1). http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_gmc/article/view/27976
- Frank, B. & Hurtado, O. (2024). Influencia de la inteligencia emocional en el estrés académico en estudiantes practicantes de psicología de Ayacucho. *Revista InveCom*, 5(1), 1-10. <https://doi.org/10.5281/zenodo.11176891>

- Galarza López, J., Borroto Cruz, E. R., & Díaz Contino, C. G. (2023). Las competencias emocionales en la formación médica: una revisión sistemática. *Educación Médica Superior*, 37(3). http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21412023000300009&script=sci_arttext
- García, Á. P., García, L. C. F., & Rodríguez, I. S. (2024). Gamificar en el ámbito universitario online para favorecer la motivación del alumnado: una experiencia en el grado de pedagogía. *EduTec, Revista Electrónica de Tecnología Educativa*, (88), 93-106. <https://doi.org/10.21556/edutec.2024.88.3109>
- Lazarus, R. S., DeLongis, A., Folkman, S., & Gruen, R. (1985). Stress and adaptational outcomes: The problem of confounded measures. *American Psychologist*, 40(7), 770-779. <https://psycnet.apa.org/buy/1986-10770-001>
- Martínez-Pérez, J. R., Ortíz-Cabrera, Y., & Bermúdez-Cordoví, L. L. (2023). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes del segundo año de Medicina. *Revista Electrónica Dr. Zoilo E. Marinello Vidaurreta*, 48, 3311. <https://revzoilomarinellosld.cu/index.php/zmv/article/view/3311>
- Patiño, B., Durán, A., & Aguilar, L. (2024). Relaciones entre las estrategias de aprendizaje, la motivación y el contexto personal de estudiantes universitarios colombianos: a propósito del caso de la Licenciatura en Deporte. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (52), 374-383. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9243415>
- Rojas Cadena, C. M., Ruiz Silva, A. M., & Díaz-Mosquera, E. N. (2024). Propuesta psicoeducativa sobre competencias emocionales en jóvenes universitarios. *Sophia, Colección de Filosofía de la Educación*, (36), 169-197. <https://doi.org/10.17163/soph.n36.2024.05>
- Ramírez, E. V., Casanova, F. R. G., & Céspedes, M. S. A. (2023). Motivación y satisfacción laboral de docentes en gastronomía de institutos de Lima. *Revista Venezolana de Gerencia: RVG*, 28(9), 316-329. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9142744>
- Romero Pereda, N. (2024). Motivación académica y procrastinación académica en estudiantes de pregrado de una universidad privada de Víctor Larco, Trujillo-2023. [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/144164?show=full>
- Salamea-Nieto, R., Cedillo-Chalaco, L. F., Sánchez-Bracho, A., & Belduma-Cabrera, K. (2024). Hábitos de estudios y motivación para el aprendizaje en universitarios en condición de vulnerabilidad socioeconómica. *INNOVA Research Journal*, 9(3), 25-40. <https://doi.org/10.33890/innova.v9.n3.2024.2557>
- Sánchez, G. (2024). Estrés académico y emociones en estudiantes universitarios. *Latam: Revista latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 5(3), <https://doi.org/10.56712/latam.v5i3.2108>
- Sempértegui, M. & Muñoz, X. (2024). Motivación académica en estudiantes universitarios de primer y último año. [Tesis de licenciatura. Universidad del Azuay]. <https://dspace.uazuay.edu.ec/handle/datos/14001>
- Tello Mendoza, F. L. (2023). Relación entre satisfacción laboral y motivación intrínseca del profesional de salud en una entidad privada de Chiclayo, 2023. [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/155244/Tello_MFL-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Viatela, J. M., & Gómez, L. R. F. (2024). Cuestionario de motivación y estrategias de aprendizaje forma corta-MSLQ SF en estudiantes universitarios: análisis de la estructura interna. *Comunicaciones en Estadística*, 1(17). <https://doi.org/10.15332/23393076.10160>

Conflictos de interés:

Los autores declaran no tener conflictos de interés.

Contribución de los autores:

Joan Carlos Espinoza Sotelo, Susana Geraldine Angulo Adrianzen y Brisa Araceli Claver Purizaca Estevez: Conceptualización, curación de datos, análisis formal, investigación, metodología, supervisión, validación, visualización, redacción del borrador original y redacción, revisión y edición.

Descargo de responsabilidad/Nota del editor:

Las declaraciones, opiniones y datos contenidos en todas las publicaciones son únicamente de los autores y contribuyentes individuales y no de Revista San Gregorio ni de los editores. Revista San Gregorio y/o los editores renuncian a toda responsabilidad por cualquier daño a personas o propiedades resultantes de cualquier idea, método, instrucción o producto mencionado en el contenido.