

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Profesional de Psicología



Una Institución Adventista

Cansancio emocional y engagement académico en universitarios de la Región San Martín, 2021

Tesis para obtener el Título Profesional de Psicólogo

Autor:

Ulda Raquel Dávila Panduro

Asesor:

Mg. Renzo Felipe Carranza Esteban

Tarapoto, octubre de 2021

**DECLARACIÓN JURADA
DE AUTORÍA DEL INFORME DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN**

Mg. Renzo Felipe Carranza Esteban de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que el presente informe de investigación titulado: “Cansancio emocional y engagement académico en universitarios de la Región San Martín, 2021” constituye la memoria que presenta la bachiller para aspirar el título de Profesional de Psicóloga la cual ha sido realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

Las opiniones y declaraciones en este informe son entera responsabilidad del autor, sin comprometer a la institución.

Y estando de acuerdo, firmo la presente constancia en Tarapoto, 07 de octubre del año 2021.



Mg. Renzo Felipe Carranza Esteban



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En San Martín, Tarapoto, Morales, a 07 día(s) del mes de octubre del año 2021, siendo las 15:00 horas, se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Tarapoto, bajo la dirección del (de la) presidente(a):

Dra. Dámaris Susana Quinteros Zuñiga, el (la) secretario(a):

Mta. Celine Ramirez Vega y los demás miembros:

Psic. Estela Ramirez Arredondo y el (la) asesor(a) Hg. Benzo Felipe

Carranza Esteban con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de la tesis titulado:

"Cansancio emocional y engagement académico en universitarios de la Región San Martín"

del(los) bachiller(es): a) Ulda Raquel Davila Panduro

b)

c)

conducente a la obtención del título profesional de: Psicóloga

(Denominación del Título Profesional)

El Presidente inició el acto académico de sustentación invitando al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s hacer uso del tiempo determinado para su exposición. Concluida la exposición, el Presidente invitó a los demás miembros del jurado a efectuar las preguntas, y aclaraciones pertinentes, las cuales fueron absueltas por al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s. Luego, se produjo un receso para las deliberaciones y la emisión del dictamen del jurado.

Posteriormente, el jurado procedió a dejar constancia escrita sobre la evaluación en la presente acta, con el dictamen siguiente:

Bachiller (a): Ulda Raquel Davila Panduro

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
<u>Aprobado</u>	<u>16</u>	<u>B</u>	<u>Con nominación bueno</u>	<u>Muy bueno</u>

Bachiller (b):

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	

Bachiller (c):

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	

(*) Ver parte posterior

Finalmente, el Presidente del jurado invitó al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s a ponerse de pie, para recibir la evaluación final y concluir el acto académico de sustentación procediéndose a registrar las firmas respectivas.

Presidente/a



Secretario/a

Asesor/a

Miembro

Miembro

Bachiller (a)



Bachiller (a)

Bachiller (c)

"Esta sustentación fue realizada de manera virtual u online sincrónica, conforme al Reglamento General de Grados y Títulos"

DEDICATORIA

A Dios, por darme la vida, la salud y sabiduría a lo largo del estudio, a mis padres, ya que sin ellos no hubiera logrado mi meta profesional en mi vida. A mi Mamá Madelith, por su apoyo incondicional y a pesar de todo siempre creer en mí. A mi hermana Rebeca por su ayuda cuidando a mi hijita Kalhessi y la motivación que a diario me la daba.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a Dios en primer lugar ya que ha sido muy bueno conmigo, a mis maestros por sus enseñanzas impartidas a lo largo del camino, a mis padres por todo el apoyo que me brindaron y a mi hijita Kalhessi Abigail, por todo su amor que día a día me da.

Índice

DEDICATORIA	IV
AGRADECIMIENTOS	V
ÍNDICE DE TABLAS	6
RESUMEN	8
ABSTRACT	9
INTRODUCCIÓN	10
MATERIALES Y MÉTODOS	15
Diseño y tipo de investigación	15
Participantes	15
Instrumentos	16
FICHA DE REGISTRO	16
RESULTADOS	18
DISCUSIÓN	24
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	28
ANEXOS	30

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Niveles de adicción a las redes sociales y dimensiones. 18

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Características de los participantes..... 18

Tabla 2 Niveles de cansancio emocional de los estudiantes universitarios..... 18

Tabla 3 Niveles de engagement académico de los estudiantes universitarios..... 19

Tabla 4 Análisis descriptivo del cansancio emocional y engagement académico... 20

Tabla 5 Correlación entre cansancio emocional y engagement académico..... 21

Tabla 6 Índice de consistencia interna coeficiente Alpha de Cronbach..... 22

**Cansancio emocional y engagement académico en universitarios de la Región
San Martín, 2021**

**Emotional fatigue and academic engagement in university students of the San
Martin Region, 2021**

Ulda Raquel Dávila Panduro y Renzo Carranza Esteban
Universidad Peruana Unión

Resumen

La investigación tuvo por objetivo determinar si existe relación significativa entre cansancio emocional y *engagement* académico en universitarios de la Región San Martín, 2021. Estudio de alcance correlacional y de corte transversal. Se tuvo la participación de 281 estudiantes universitarios de la Región San Martín, de ambos sexos con edades entre 16 y 31 años ($M = 22,16$; $DS = 4,53$). Para la medición de las variables, se utilizaron: Escala de Cansancio Emocional (ECE) de Ramos, Manga y Morán (2005) y escala Utrecht Work Engagement Scale (UWES) fue planteada por Schaufeli y Bakker (2003). Por otro lado, la información recolectada se analizó a través del programa estadístico SPSS versión 26.0. Los resultados muestran que existe relación significativa entre cansancio emocional y *engagement* académico ($r = -.391^{**}$, $p = 0.01$) en universitarios de la Región San Martín.

Palabras clave: cansancio emocional, engagement académico, universitarios, Perú

Abstract

The objective of the research was to determine if there is a significant relationship between emotional exhaustion and academic engagement in university students of the San Martín Region, 2021. This was a cross-sectional, correlational study. A total of 281 university students from the San Martín Region, of both sexes, aged between 16 and 31 years ($M = 22.16$; $SD = 4.53$) participated in the study. For the measurement of the variables, the following were used: Emotional Fatigue Scale (ECE) by Ramos, Manga and Morán (2005) and the Utrecht Work Engagement Scale (UWES) proposed by Schaufeli and Bakker (2003). On the other hand, the information collected was analyzed using the statistical program SPSS version 26.0. The results show that there is a significant relationship between emotional fatigue and academic engagement in university students from the San Martín Region.

Keywords: emotional fatigue, academic engagement, university students, Peru

Introducción

A fines de diciembre del año 2019, en China se reportaron los primeros casos de neumonía atípica, la cual, días más tarde fue identificada como un nuevo coronavirus, denominado SARS-Co V-2. Debido a la exponencial cifras de contagios en China y en diversos países del mundo, la enfermedad fue declarada como una pandemia (Mojica-Crespo & Morales-Crespo, 2020).

Por tal motivo, en el mes de marzo del año 2020, el gobierno peruano se declaró en estado de emergencia sanitaria debido al COVID-19 (Abreu-Hernández et al., 2020); en ese sentido, la crisis generó cambios y las instituciones educativas tuvieron que cerrar las aulas para presentar un formato educativo virtual, lo que también afectó a las universidades las cuales tuvieron que suspender su enseñanza presencial (Timothy, 2020; Ahammed et al., 2021).

La universidad, es una etapa significativa en la vida de todo ser humano, esta fase, el estudiante aprende a organizarse a nivel personal, social y académico, puesto que exige que el individuo establezca de forma autónoma horarios para estudiar, comer, jugar, dormir, entre otros, pues las nuevas experiencias son distintas a las de la educación básica regular (Dominguez-Lara & Fernández-Arata, 2019) y sino presenta un adecuado manejo de las situaciones, entonces no podrán afrontar las exigencias del medio (Carranza, 2012). En este sentido, las implicancias de la vida universitaria suelen ser para algunos atractivas, emocionante, nueva y excitante, mientras que para otros se torna difícil, ansiosa y con mayor presión que en la secundaria (Huang et al., 2018, Carranza, Hernández & Alhuay-Quispe, 2017). A ello se suma el cansancio emocional (CE) entendido como un agotamiento físico y mental que experimenta el ser humano

debido a la sobrecarga de actividades que debe llevar a cabo (Ortega & López, 2003). El CE es uno de los componentes del *burnout* que figura con mayor frecuencia el contexto universitario; por lo cual, es importante que el estudiante universitario practique el *engagement* académico con el propósito de obtener resultados anhelados y se evite la postergación o abandono de las tareas (Salanova, Bresó & Schaufeli, 2005).

Estudios recientes como el de Perkmann, Salandra, Tartari, McKelvey y Hughes, (2021) destacan el papel de *engagement* académico en los estudiantes destacando su condicionamiento social; el estudio de Lee, Lee, Lee y Cho (2020) destaca el cansancio emocional y su influencia en el compromiso académico, así como el estudio de Wullur y Werang (2020) que muestra el efecto del cansancio emocional como un predictor latente del bajo rendimiento académico.

De lo descrito, el estudiante universitario se encuentra vulnerable a la sobrecarga académica y emocional, sobre todo en un escenario de pandemia, por lo tanto, la presente investigación se proyecta a llenar el vacío del conocimiento respecto al cansancio emocional y *engagement* académico en universitarios de la selva nor oriental del Perú, asimismo permitirá profundizar los conocimientos propuestos por Ajzen (1991) y Molden y Dweck (2006) es de relevancia porque contribuye a la toma de decisiones de las autoridades de turno a fin de que se implementen recursos en favor de la comunidad universitaria.

Los estudios teóricos se desarrollan con Ajzen (2006) quien analiza los aspectos de la teoría del comportamiento planificado, destacando que los comportamientos se pueden predecir a partir de las actitudes, normas y conductas. Molden y Dweck (2006)

reafirman el papel del individuo a nivel de sus experiencias e interacciones, destacando que las teorías personales alteran el significado de los procesos psicológicos.

Herrera, Mohamed y Cepero (2016) analizaron el papel del cansancio emocional en estudiantes universitarios y Vizoso y Arias (2016) investigaron los efectos del cansancio emocional, engagement académico y su relación con la carrera elegida, destacando que los estudiantes que eligen su carrera mostraron mayores niveles de engagement académico. A nivel descriptivo, Salmela-Aro y Read (2017) analizaron a 12394 estudiantes finlandeses, identificando 4 perfiles, un 44% de estudiantes comprometidos, 30% manifestaron cansancio emocional, 19% con ineficacia académica y un 7% con síndrome de burnout.

Desde la perspectiva comparativa entre el trabajo organizacional y la vida universitaria, Navarro-Abal, Gómez-Salgado, López-López, y Climent-Rodríguez (2018) en España analizaron a 543 estudiantes dando como resultado que los estudiantes universitarios mostraron comportamiento que promovieron el rendimiento y compromiso académico pero cuando son tratados de manera justa. A nivel de estudiantes de educación, Iraola-Real, Nolberto-Quispe, Bravo-Cunza y Blas-Atencia (2019) analizaron en Perú los componentes del cansancio emocional y el compromiso académico, encontraron que los estudiantes de provincia muestran mayores niveles de compromiso y que esta predice negativamente el cansancio emocional y positivamente la autoeficacia académica. Asimismo, Robayo-Tamayo et. al. (2020) desarrollaron un estudio en el cual analizaron los factores predictores del engagement académico, destacando el papel mediador de los recursos académicos.

Diferentes estudios han sido reportados en relación al *engagement* académico y su relación con la inteligencia emocional (Usán, Salavera & Teruel, 2019), con la preparación digital (Kim, Hong & Song, 2019), algunas desde la perspectiva del comportamiento laboral y el cansancio emocional (Chen, Richard, Dorian & Ford, 2020), otras en relación a la procrastinación (Roster & Ferrari, 2020), sin embargo, son pocos los estudios que muestran estudios de relación entre cansancio emocional y *engagement* académico, teniendo en cuenta que existen algunas tesis referidas a ello (Castro, 2020; Lavaggi, 2017; Padin, 2020).

Por lo tanto, el objetivo de esta investigación es determinar si existe relación significativa entre cansancio emocional y *engagement* académico en universitarios de la Región San Martín, 2021.

Materiales y métodos

Diseño y tipo de investigación

Investigación de diseño no experimental y de corte transversal, porque no hubo manipulación de variables y los datos fueron recogidos en un momento dado. De alcance correlacional porque se busca establecer la relación entre cansancio emocional y *engagement* académico en universitarios de la Región San Martín en el presente año (Hernández, Fernández & Baptista, 2015).

Participantes

Debido a la coyuntura actual (emergencia sanitaria por el COVID-19), se utilizó un muestreo no probabilístico y tipo bola de nieve (Hernández, Fernández y Baptista, 2015). Se contó con la participación de 281 estudiantes universitarios de la Región

San Martín, de ambos sexos y las edades comprendidas estuvieron entre 16 y 31 años (M = 22,16; DS = 4,53).

Instrumentos

Escala de Cansancio Emocional (ECE) diseñada por Ramos, Manga y Morán (2005) y validada en población universitaria peruana por Domínguez (2013). La ECE evalúa el grado de cansancio emocional del estudiante, está compuesta por 10 ítems con opciones de respuesta tipo Likert: 1 = Raras veces, 2 = Pocas veces, 3 = Algunas veces, 4 = Con frecuencia y 5 = Siempre. La escala es válida (KMO = .91, prueba de esfericidad de Bartlett $p < 0.01$) y confiable ($\alpha = .85$). En el presente estudio el valor α fue 0.897.

La escala Utrecht Work Engagement Scale (UWES) fue planteada por Schaufeli y Bakker (2003) y validada en estudiantes universitarios peruanos por Domínguez-Lara, Sánchez-Villena y Fernández-Arana (2020). Tiene 9 ítems distribuidos en tres factores (vigor, dedicación y absorción), con opciones de respuesta tipo Likert donde 0 es nunca y 6 siempre. La escala es válida (CFI = .992; RMSEA = .085, WRMR = .531) y confiable ($\omega > .90$). La consistencia interna de la UWES fue de $\alpha = 0.905$.

Proceso de recolección de datos

A causa de la COVID-19, la recolección de los datos se realizó de manera virtual, para lo cual se utilizó *Google forms*. Teniendo el formulario virtual, se compartió el enlace con universitarios de la Región San Martín vía redes sociales como Facebook y WhatsApp. A través del formulario se presentó y se solicitó el consentimiento y asentimiento informado, donde se presentó el objetivo del estudio y se enfatizó que la participación es voluntaria y anónima.

Análisis estadístico

Obtenida la información a través de *Google forms* se exportaron los datos en formato Excel, los que sirvieron para analizar y responder a los objetivos de estudio haciendo uso de los estadísticos descriptivos como también del análisis de correlación a través del coeficiente *r* de Pearson debido a que la distribución de los datos es normal. Para la ejecución de las técnicas estadística, se utilizó el software SPSS para Windows versión 26.00.

Resultados

Análisis descriptivo

Datos sociodemográficos

La Tabla 1 muestra que el 68,7% de los estudiantes universitarios pertenecen al sexo femenino, el 54,86% tiene 16 y 21 años y el 85,1% cursaba estudios en una universidad privada.

Tabla 1

Características de los participantes

Características		n	%
Sexo	Femenino	193	68,7
	Masculino	88	31,3
Edad	16 – 21 años	154	54,8
	22 – 31 años	127	45,5
Universidad	Nacional	42	14,9
	Privada	239	85,1

Nivel de cansancio emocional

A continuación, la Tabla 2, permite apreciar los niveles de cansancio emocional de los estudiantes universitarios de la Región San Martín.

Tabla 2

Niveles de cansancio emocional de los estudiantes universitarios de la Región San Martín.

Variables	Bajo		Promedio		Alto	
	f	%	f	%	f	%
Cansancio emocional	64	22,8%	143	50,9%	74	26,3%

En la Tabla 2, se observa que el 50,9% de universitarios se ubican en un nivel promedio de cansancio emocional, el 26,3% un nivel alto y el 22,8% un nivel bajo.

Nivel de engagement académico

La Tabla 3, permite apreciar los niveles de *engagement* académico de los estudiantes universitarios de la Región San Martín.

Tabla 3

Niveles de engagement académico de los estudiantes universitarios de la Región San Martín.

Variables	Bajo		Promedio		Alto	
	f	%	f	%	f	%
Engagement académico	67	23.8%	135	48.0%	79	28.1%
Vigor	63	22.4%	122	43.4%	96	34.2%
Dedicación	67	23.8%	132	47.0%	82	29.2%
Absorción	57	20.3%	133	47.3%	91	32.4%

Se observa que el 48% de los universitarios presentan un nivel promedio respecto al *engagement* académico. De manera similar ocurre en la dimensión vigor, dedicación y absorción, las cuales obtuvieron un porcentaje de 43,4%, 47% y 37,3% respectivamente.

Prueba de normalidad

En la Tabla 4 se aprecia los valores de la media, desviación estándar, asimetría y curtosis (estadísticos descriptivos). Los valores de asimetría y curtosis no superan el valor +/- 1.5, por lo que se evidencia la distribución normal de los datos (Pérez & Medrano, 2010).

Tabla 4

Análisis descriptivo del cansancio emocional y engagement académico

Variables	Media	D.E	Asimetría	Curtosis
Cansancio emocional	25,31	8,220	,086	-,559
Engagement académico	46,07	10,328	-,351	-,593
Vigor	14,36	3,836	-,103	-,549
Dedicación	15,67	3,886	-,446	-,636
Absorción	16,04	3,722	-,478	-,711

Análisis de correlación

Seguidamente se presenta las correlaciones a través del coeficiente r de Pearson.

Tabla 5

Correlación entre cansancio emocional y engagement académico

	Cansancio emocional	
	r	p
Engagement académico	-,391**	,000
Vigor	-,421**	,000
Dedicación	-,397**	,000
Absorción	-,237**	,000

En la Tabla 5 se aprecia que existe relación inversa débil y significativa entre las variables de estudio ($p \leq 0.05$) por lo que a mayor cansancio emocional menor compromiso académico en los estudiantes universitarios de la Región San Martín.

Discusión

Los estudiantes universitarios se enfrentan a diferentes desafíos tanto académicos, interpersonales y de presiones financieras (Brand et al., 2014). Sin embargo, cuando estas demandas se vuelven excesivas puede resultar en un aumento del cansancio emocional lo cual puede tener efectos negativos a largo plazo en las aspiraciones educativas de los estudiantes (Li et al., 2020). En este sentido, el objetivo de esta investigación fue determinar si existe relación significativa entre cansancio emocional y *engagement* académico en universitarios de la Región San Martín, 2021. Además, nuestro estudio amplía investigaciones previas (Werang et al., 2021; Wullur & Werang, 2020) al mostrar el papel del cansancio emocional y del *engagement* académico en un entorno académico (Garrosa et al., 2017).

Los resultados encontrados a nivel descriptivo sobre el cansancio emocional fueron de un 50,9% de universitarios en nivel promedio de cansancio emocional, este resultado es similar a lo encontrado en estudiantes mexicanos con 52% (Jiménez-Ortiz et al., 2019) y en estudiantes peruanos con 49.75% (Castro-Rodríguez et al., 2019) en un contexto anterior a la pandemia

Por otro lado, los resultados sobre en *engagement* académico confirman que los estudiantes presentan un nivel promedio sobre esta variable, lo cual es consistente con lo reportado por Wang et al. (2021) quien también reporto similar resultado en estudiantes de enfermería en China.

Así mismo, este resultado es similar a lo encontrado por (Wang et al., 2021) quienes reportaron en 2800 estudiantes que 38.20% tenían un nivel de agotamiento académico de leve a moderado. Por otro lado, Parada y Pérez (2014) encontró niveles entre promedios a altos de engagement académico entre hombres y mujeres.

Los resultados encontrados confirman que existe relación significativa inversa entre cansancio emocional y *engagement* académico. Lo que significa que cuando los estudiantes tienen mayor cansancio emocional este repercute negativamente en su *engagement* académico. Esto se encuentra en línea con los reportado por Garrosa et al. (2017) donde los estudiantes con altos niveles de agotamiento emocional persisten menos y abandonan sus tareas con mayor felicidad. Asimismo, estos resultados se encuentran en línea con estudios previos que manifiestan que el *engagement* académico está relacionado negativamente con el cansancio emocional (Laurențiu & Sulea, 2019; Liu et al., 2018; Wang et al., 2021). Asimismo, la teoría sobre el *engagement* implica que esta se centra en las cualidades positivas de las personas y su funcionamiento óptimo, como una actitud activa, optimismo y creatividad (Schaufeli et al., 2002) y como reporta además, X. Li y Huang (2010) quienes definieron el *engagement* académico como un estado mental emocional cognitivo persistente, satisfactorio y positivo relacionado con el aprendizaje y la investigación, teniendo en cuenta ello, el cansancio emocional tiene relación inversa con el *engagement* académico.

Tomados en conjunto, nuestros hallazgos sugieren que el cansancio emocional podría proporcionar menores niveles de *engagement* académico, y lo que, a su vez, menores niveles de cansancio emocional podrían mejorar algunos aspectos del bienestar entre los estudiantes en términos de niveles más altos de participación y *engagement* académico. Además, se recomienda más investigación sobre el cansancio emocional especialmente con el compromiso diario de los estudiantes para comprender esta relación compleja e interactiva.

El agotamiento laboral ha sido analizado principalmente desde las teorías laborales (Cordes & Dougherty, 1993), donde el agotamiento laboral está asociado con el desempeño laboral (Wright & Cropanzano, 1998). De allí, la teoría conductual manifiesta que el *engagement* académico implica seguir las reglas y adherirse a las normas del aula, así como la ausencia de conductas disruptivas como faltar a la escuela y meterse en problemas (Finn et al., 1995). Entre los efectos del cansancio emocional se han reportado intentos de suicidio (Lin et al., 2021). Según Lian et al., (2005) el agotamiento académico se refiere a una serie de manifestaciones psicológicas negativas en el aprendizaje (como ansiedad, fatiga, depresión, abatimiento y baja autoestima) por falta de interés o presión excesiva, que pueden derivar en actitudes y conductas negativas que señalan de que el alumno está cansado de aprender.

El estudio actual tiene algunas limitaciones. En primer lugar, la muestra fue relativamente significativa y sería importante desarrollar estudios con una muestra más representativa. Asimismo, al tomarse los datos de forma voluntaria, es probable que algunos participantes prefirieran llenar los cuestionarios con motivaciones personales. Además, el análisis correlacional solo muestra la interdependencia entre las mediciones,

por lo tanto, es importante desarrollar análisis predictivos para determinar causalidad. En tercer lugar, nuestra muestra incluyó a más del 68% de mujeres, género que habitualmente está sobrerrepresentado en las carreras universitarias. Sería importante desarrollar análisis con la prueba t de Student para grupos independientes que podría mostrar diferencias significativas entre hombres y mujeres. No obstante, los estudios futuros deberían intentar replicar los resultados con una muestra más equilibrada. Finalmente, no podemos sacar conclusiones sobre las relaciones causales entre nuestras variables. Se necesitan estudios experimentales o estudios de intervención que manipulen el cansancio emocional y el *engagement* académico para confirmar los vínculos causales.

En vista de este análisis concluimos que el cansancio emocional y el *engagement* académico tiene relación inversa significativa en universitarios de la Región San Martín, 2021.

Referencias bibliográficas

- Abreu-Hernández, L. F., León-Bórquez, R., & García-Gutiérrez, J. F. (2020). Pandemia de COVID-19 y educación médica en Latinoamérica. *FEM: Revista de La Fundación Educación Médica*, 23(5), 237–242. http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2014-98322020000600002
- Ahamed, B., Jahan, N., Seddeque, A., Hossain, M., Shovo, T., Khan, B., Mamun, M., & Islam, M. (2021). Exploring the association between mental health and subjective sleep quality during the COVID-19 pandemic among Bangladeshi university students. *Heliyon*, e07082. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e07082>
- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179–211. [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90020-T](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90020-T)
- Brand, S., Gerber, M., Kalak, N., Kirov, R., Lemola, S., Clough, P. J., Pühse, U., & Holsboer-Trachsler, E. (2014). Adolescents With Greater Mental Toughness Show Higher Sleep Efficiency, More Deep Sleep and Fewer Awakenings After Sleep Onset. *Journal of Adolescent Health*, 54(1), 109–113. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2013.07.017>
- Carranza, R. (2012). Depresión y características demográficas asociados en estudiantes y líderes universitarios de Lima metropolitana. *Apuntes universitarios*, 2(2), 79-90. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4062952>
- Carranza, R., Hernández, R., & Alhuay-Quispe, J. (2017). Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes de pregrado de psicología. *Revista Internacional de Investigación en Ciencias Sociales*, 13(2), 133-146. <https://dx.doi.org/10.18004/riics.2017.diciembre.133-146>
- Castro-Rodríguez, Y., Valenzuela-Torres, O., Hinojosa-Añorga, M., & Piscoche-Rodríguez, C. (2019). Emotional exhaustion in dental students of the National University of San Marcos . In *Revista Habanera de Ciencias Medicas* (Vol. 18, Issue 1, pp. 150–163). <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85064075799&partnerID=40&md5=aca0a1c590cd553353cf2da20709baa8>
- Castro, V. (2020). *Cansancio emocional y procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima metropolitana* [Universidad San Ignacio de Loyola]. [http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/USIL/10148/3/2020_Castro Chambi.pdf](http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/USIL/10148/3/2020_Castro%20Chambi.pdf)
- Chen, H., Richard, O. C., Dorian, O., & Ford, D. L. (2020). Work engagement, emotional exhaustion, and counterproductive work behavior. *Journal of Business Research*, 114(April), 30–41. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2020.03.025>
- Cordes, C. L., & Dougherty, T. W. (1993). A Review and an Integration of Research on Job Burnout. *Academy of Management Review*, 18(4), 621–656. <https://doi.org/10.5465/amr.1993.9402210153>

- Dominguez-Lara, S., & Fernández-Arata, M. (2019). Autoeficacia académica en estudiantes de Psicología de una universidad de Lima. *Revista electrónica de investigación educativa*, 21, e32. <https://doi.org/10.24320/redie.2019.21.e32.2014>
- Finn, J. D., Pannozzo, G. M., & Voelkl, K. E. (1995). Disruptive and Inattentive-Withdrawn Behavior and Achievement among Fourth Graders. *The Elementary School Journal*, 95(5), 421–434. <https://doi.org/10.1086/461853>
- Garrosa, E., Blanco-Donoso, L. M., Carmona-Cobo, I., & Moreno-Jiménez, B. (2017). How do Curiosity, Meaning in Life, and Search for Meaning Predict College Students' Daily Emotional Exhaustion and Engagement? *Journal of Happiness Studies*, 18(1), 17–40. <https://doi.org/10.1007/s10902-016-9715-3>
- Herrera, L., Mohamed, L., & Cepero, S. (2016). Cansancio emocional en estudiantes universitarios. *DEDiCA Revista de Educação e Humanidades*, 9, 173–191. <https://core.ac.uk/download/pdf/230545172.pdf>
- Huang, C. L., Wu, M. P., Ho, C. H., & Wang, J. J. (2018). Risks of treated anxiety, depression, and insomnia among nurses: A nationwide longitudinal cohort study. *Plos One*, 13(9), 1-13. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0204224>
- Iraola-Real, I., Nolberto-Quispe, L., Bravo-Cunza, J., & Blas-Atencia, C. (2019). Dedicated and Effective: Predictive Research in Students of Elementary Education Career. *2019 IEEE World Conference on Engineering Education (EDUNINE)*, 1–5. <https://doi.org/10.1109/EDUNINE.2019.8875815>
- Jiménez-Ortiz, J., Islas-Valle, R., Jiménez-Ortiz, J., Pérez-Lizárraga, E., Hernández-García, M., & González-Salazar, F. (2019). Emotional exhaustion, burnout, and perceived stress in dental students. *Journal of International Medical Research*, 47(9), 4251–4259. <https://doi.org/10.1177/0300060519859145>
- Kim, H. J., Hong, A. J., & Song, H.-D. (2019). The roles of academic engagement and digital readiness in students' achievements in university e-learning environments. *International Journal of Educational Technology in Higher Education*, 16(1), 1–18. <https://doi.org/10.1186/s41239-019-0152-3>
- Laurențiu, M., & Sulea, C. (2019). Evolution of self-efficacy, student engagement and student burnout during a semester. A multilevel structural equation modeling approach. *Learning and Individual Differences*, 76, 101785. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2019.101785>
- Lavaggi, F. (2017). *Cansancio emocional y Engagement en estudiantes de una universidad privada de Lima* [Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. <https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/621838>
- Lee, M., Lee, K., Lee, S. M., & Cho, S. (2020). From emotional exhaustion to cynicism in academic burnout among Korean high school students: Focusing on the mediation effects of hatred of academic work. *Stress and Health*, 36(3), 376–383. <https://doi.org/10.1002/smi.2936>
- Li, C., Zhang, Y., Randhawa, A. K., & Madigan, D. J. (2020). Emotional exhaustion and sleep problems in university students: Does mental toughness matter? *Personality and Individual Differences*, 163(April), 110046.

<https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110046>

- Li, X., & Huang, R. (2010). A revise of the UWES-S of chinese college samples. *Psychol. Res.*, 3(1), 84–88. http://en.cnki.com.cn/Article_en/CJFDTotal-OXLY201001017.htm
- Lian, R., Yang, L., & Wu, L. (2005). Relationship between professional commitment and learning burnout of undergraduates and scales developing. *Acta Psychologica Sinica*, 37(05), 632–636. <http://journal.psych.ac.cn/acps/EN/Y2005/V37/I05/632>
- Lin, H.-C., Li, M., Stevens, C., Pinder-Amaker, S., Chen, J. A., & Liu, C. H. (2021). Self-Harm and Suicidality in US College Students: Associations with Emotional Exhaustion versus Multiple Psychiatric Symptoms. *Journal of Affective Disorders*, 280, 345–353. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.11.014>
- Liu, H., Yansane, A. I., Zhang, Y., Fu, H., Hong, N., & Kalenderian, E. (2018). Burnout and study engagement among medical students at Sun Yat-sen University, China. *Medicine*, 97(15), e0326. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000010326>
- Mojica-Crespo, R., & Morales-Crespo, M. M. (2020). Pandemic COVID-19, the new health emergency of international concern: A review. *Semergen, in press*, 1–30. <https://doi.org/10.1016/j.semerg.2020.05.010>
- Molden, D. C., & Dweck, C. S. (2006). Finding “Meaning” in Psychology: A Lay Theories Approach to Self-Regulation, Social Perception, and Social Development. *American Psychologist*, 61(3), 192–203. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.61.3.192>
- Navarro-Abal, Y., Gómez-Salgado, J., López-López, M., & Climent-Rodríguez, J. (2018). Organisational Justice, Burnout, and Engagement in University Students: A Comparison between Stressful Aspects of Labour and University Organisation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(10), 2116. <https://doi.org/10.3390/ijerph15102116>
- Padin, F. (2020). *Cansancio emocional y engagement académico en estudiantes universitarios de Lima metropolitana* [Universidad San Ignacio de Loyola]. http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/USIL/10907/1/2020_Padin Berdejo.pdf
- Perkmann, M., Salandra, R., Tartari, V., McKelvey, M., & Hughes, A. (2021). Academic engagement: A review of the literature 2011-2019. *Research Policy*, 50(1), 104114. <https://doi.org/10.1016/j.respol.2020.104114>
- Robayo-Tamayo, M., Blanco-Donoso, L. M., Román, F. J., Carmona-Cobo, I., Moreno-Jiménez, B., & Garrosa, E. (2020). Academic engagement: A diary study on the mediating role of academic support. *Learning and Individual Differences*, 80(April), 101887. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2020.101887>
- Roster, C. A., & Ferrari, J. R. (2020). Time is on My Side—or Is It? Assessing How Perceived Control of Time and Procrastination Influence Emotional Exhaustion on the Job. *Behavioral Sciences*, 10(6), 98. <https://doi.org/10.3390/bs10060098>
- Salmela-Aro, K., & Read, S. (2017). Study engagement and burnout profiles among Finnish higher education students. *Burnout Research*, 7(November), 21–28. <https://doi.org/10.1016/j.burn.2017.11.001>
- Schaufeli, W. B., Martínez, I. M., Pinto, A. M., Salanova, M., & Bakker, A. B. (2002).

- Burnout and Engagement in University Students. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33(5), 464–481. <https://doi.org/10.1177/0022022102033005003>
- Timothy, O. (2020). Self-esteem, self-efficacy, self-concept and intimate image diffusion among deaf adolescents: A structural equation model analysis. *Heliyon*, 6(8), e04742. doi: <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e04742>
- Usán, P., Salavera, C., & Teruel, P. (2019). Una aproximación a las relaciones de la inteligencia emocional con el burnout y engagement académico en estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria. *Electronic Journal of Research in Education Psychology*, 17(49), 541–560. <https://doi.org/10.25115/ejrep.v17i49.2306>
- Vizoso, C., & Arias, O. (2016). Engagement, burnout y rendimiento académico en estudiantes universitarios y su relación con la prioridad en la elección de la carrera. *Revista de Psicología y Educación*, 11(1), 45–60. <http://www.revistadepsicologiayeducacion.es/pdf/135.pdf>
- Wang, J., Bu, L., Li, Y., Song, J., & Li, N. (2021). The mediating effect of academic engagement between psychological capital and academic burnout among nursing students during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study. *Nurse Education Today*, 102(April), 104938. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2021.104938>
- Werang, B. R., Leba, S. M. R., Agung, A. A. G., Wullur, M. M., Yunarti, B. S., & Asaloei, S. I. (2021). Indonesian teachers' emotional exhaustion and commitment to teaching: A correlational study. *Cypriot Journal of Educational Sciences*, 16(2), 522–531. <https://doi.org/10.18844/cjes.v16i2.5631>
- Wright, T. A., & Cropanzano, R. (1998). Emotional exhaustion as a predictor of job performance and voluntary turnover. *Journal of Applied Psychology*, 83(3), 486–493. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.83.3.486>
- Wullur, M. M., & Werang, B. R. (2020). Emotional exhaustion and organizational commitment: Primary school teachers' perspective. *International Journal of Evaluation and Research in Education (IJERE)*, 9(4), 912. <https://doi.org/10.11591/ijere.v9i4.20727>

Anexo 1

Instrumentos de Recolección de Datos

ESCALA DE CANSANCIO EMOCIONAL Y ENGAGEMENT ACADÉMICO

INSTRUCCIONES: El siguiente cuestionario tiene por objetivo recoger información sobre experiencias cómo percibe y reacciona en sus actividades académica. **La participación es voluntaria y la información recaba es confidencial.** El tiempo aproximado es de 10 minutos.

Comenzar a desarrollar el cuestionario, declara mi consentimiento para participar.

Datos generales

1. **Edad:** _____
2. **Sexo:** (1) Masculino (2) Femenino
3. **Universidad:** (1) Privada (2) Pública

A continuación, encontrarás una serie de preguntas que hacen referencia a tu modo de pensar, sentir y actuar respecto a tus estudios. Lee cada frase y contesta según tus últimos 12 meses de tu vida como estudiante marcando con una X de acuerdo con la siguiente escala de valoración:

	Raras veces	Pocas veces	Algunas veces	Con frecuencia	Siempre
1. Los exámenes me producen una tensión excesiva.					
2. Creo que me esfuerzo mucho para lo poco que consigo.					
3. Me siento bajo de ánimo, como triste, sin motivo aparente.					
4. Hay días que no duermo bien a causa del estudio.					
5. Tengo dolor de cabeza y otras molestias que afectan a mi rendimiento académico.					
6. Hay días que noto más la fatiga y me falta energía para concentrarme.					
7. Me siento emocionalmente agotado por mis estudios.					
8. Me siento cansado al final de la jornada de estudio.					
9. Estudiar pensando en los exámenes me produce estrés.					
10. Me falta tiempo y me siento desbordado por los estudios.					

Escala de engagement académico (UWES-S9)

Los siguientes ítems están relacionados con sentimientos, creencias y conductas relacionadas con tu experiencia como “estudiante” en la Universidad. Por favor contesta a cada uno de ellos teniendo en cuenta la siguiente escala de respuesta que va de a (nunca has experimentado ese sentimiento o creencia) a 6 (siempre lo experimentas).

	Nunca	Casi Nunca	Algunas Veces	Regularmente	Bastante s Veces	Casi Siempre	Siempre
1- Mis tareas como estudiante me hacen sentir lleno de energía.							
2- Me siento fuerte y vigoroso cuando estoy estudiando o voy a clases.							
3- Cuando me levanto por la mañana me apetece ir a clase o estudiar							
4- Estoy entusiasmada con mi carrera							
5- Mis estudios me inspiran cosas nuevas							
6- Estoy orgulloso de hacer esta carrera							
7- Soy feliz cuando estoy haciendo tareas relacionadas con mis estudios							
8- Estoy inmerso en mis estudios							
9- Me “dejo llevar” cuando realizo mis tareas como estudiante							

Anexo 2

Propiedades psicométricas de la escala de cansancio emocional y engagement académico

Consistencia interna

En la tabla 6 y 7 se observa que el coeficiente Alpha de Cronbach supera el 0.70 indicando que los instrumentos utilizados en la investigación son fiables.

Tabla 6

Índice de consistencia interna mediante el coeficiente Alpha de Cronbach

	Alfa de Cronbach	N de elementos
Escala de cansancio emocional	.897	10

Tabla 7

Índice de consistencia interna mediante el coeficiente Alpha de Cronbach

	Alfa de Cronbach	N de elementos
Escala de engagement	.905	9