

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
Escuela Profesional de Enfermería



Calidad del sueño y Engagement académico en estudiantes universitarios de una universidad privada

Tesis para obtener el Título Profesional de Licenciada en enfermería

Autores:

Yanira Dulmes Chino Ticona

Luz Clara Quispe Huamantínco

Jhonel Gabriel Salazar Alvarado

Asesor:

Mtro. William de Borba

Lima, 11 de Junio 2024

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Yo William de Borba, docente de la Facultad Ciencias de la Salud de la Escuela Profesional de Enfermería, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: “CALIDAD DEL SUEÑO Y ENGAGEMENT ACADÉMICO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA” del (los) autores Yanira Dulmes Chino Ticona, Luz Clara Quispe Huamantincó, Jhonel Gabriel Salazar Alvarado tiene un índice de similitud de 20% verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Lima, a los 10 días del mes de Junio del año 2024.



William de Borba



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En Lima, Naña, Villa Unión, a 04 día(s) del mes de Junio del año 2024, siendo las 15:40 horas, se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Lima, bajo la dirección del (de la) presidente(a):

Mtra. Yanela Karoly Ricolde Castillo, el (la) secretario(a): Dra. Rocio Suarez Rodriguez y los demás miembros: Dra. Mary Luz Solorzano Aparicio y el (la) asesor(a) Mtro. William De Borja

con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de la tesis titulado: Calidad del sueño y Engagement académico en estudiantes universitarios de una universidad privada.

- a) Yanira Dulmes Chino Ticona
b) Luz Clara Quispe Huamantico
c) Jhonel Gabriel Salazar Alvarado

conducente a la obtención del título profesional de: Licenciada en Enfermería

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): YANIRA DULMES CHINO TICONA

Table with columns: CALIFICACIÓN, ESCALAS (Vigesimal, Literal, Cualitativa), Mérito. Row 1: A Probado, 17, B+, CON NOMINACION DE MUY BUENO, SOBRESALIENTE

Table with columns: CALIFICACIÓN, ESCALAS (Vigesimal, Literal, Cualitativa), Mérito. Row 1: A Probado, 18, A-, CON NOMINACION DE MUY BUENO, SOBRESALIENTE

Table with columns: CALIFICACIÓN, ESCALAS (Vigesimal, Literal, Cualitativa), Mérito. Row 1: A Probado, 17, B+, CON NOMINACION DE MUY BUENO, SOBRESALIENTE

(*) 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.

Signatures of Presidente/a, Asesora, and Bachiller (a)

Signature of Miembro and Bachiller (b)

Signatures of Secretario/a, Miembro, and Bachiller (c)

AGRADECIMIENTOS

Un profundo agradecimiento a nuestros padres porque nos brindaron todo su apoyo y se esforzaron junto a nosotros para vernos crecer, a nuestros seres queridos que también nos ayudaron y motivaron durante este proceso, también agradecer a nuestros docentes, cada uno de ellos nos brindó formación integral que no olvidaremos y sin duda también agradecer a nuestra universidad por habernos acogido durante los cinco años de nuestra formación académica y porque nos permite formarnos en grandes profesionales de principios y valores; sin más dejamos esta tesis como recuerdo en la historia de nuestra labor en investigación y conocimiento, que pueda ser de ayuda y beneficio para las futuras generaciones.

Índice

Declaración jurada de autoría de Tesis	2
Acta de sustentación de Tesis.....	3
Agradecimientos	4
Resumen.....	6
Introduccion.....	7
Metodologia.....	8
Resultados.....	9
Discusion.....	11
Referencias	12
Anexo 1	16
Anexo 2	17
Anexo 3	20
Anexo 4	21
Anexo 5.....	25

Calidad del sueño y Engagement Académico en Estudiantes Universitarios de una Universidad Privada

Quality of Sleep and Academic Commitment in University Students of a Private University

RESUMEN

Objetivo: Determinar la relación entre la calidad del sueño y el engagement académico en estudiantes universitarios. **Metodología:** El diseño del estudio es no experimental, con un enfoque cuantitativo, de tipo correlacional y de corte transversal. Los instrumentos que se utilizaron fueron Calidad de sueño Pittsburgh con una sensibilidad de 89,6% y especificidad de 86,5% y el engagement se determinó por medio del coeficiente $\omega > 90$. El muestreo fue no probabilístico tipo censal, con una muestra de 620 estudiantes. **Resultados:** Los resultados demuestran que existe relación negativa y débil entre la calidad de sueño y engagement académico ($r = -0.07$), por lo consiguiente, se revela una correlación negativa moderada entre la Calidad de Sueño y el Vigor ($r = -0.19^{**}$), por otro lado, se encuentran correlaciones positivas fuertes entre el Engagement Académico y sus dimensiones: Vigor, Dedicación y Absorción ($r = 0.80^{**}$, $r = 0.89^{**}$, $r = 0.92^{**}$). Además, se observan correlaciones positivas moderadas entre el Vigor y tanto la Dedicación ($r = 0.50^{**}$) como la Absorción ($r = 0.57^{**}$), finalmente, se destaca una correlación positiva fuerte entre la Dedicación y la Absorción ($r = 0.82^{**}$). **Conclusión:** Por lo tanto, se concluye que los estudiantes universitarios con un sueño deficiente tienden a mostrar niveles más bajos de energía y vitalidad en el entorno académico.

Palabras clave: Insomnio, compromiso, estudiantes, falta de Sueño