

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Profesional de Psicología



**Estrés, procrastinación y satisfacción con la vida en jóvenes
universitarios de la selva peruana.**

Tesis para optar el Título Profesional de Psicólogo

Autores:

Mary Cordova Rivera

Rubí Esmeralda Medina Ramírez

Asesor:

Mtra. Celina Ramírez Vega

Tarapoto, diciembre de 2024

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Yo Celina Ramírez Vega docente de la Facultad de Ciencias de la salud, Escuela Profesional de Psicología, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: “ESTRÉS, PROCRASTINACIÓN Y SATISFACCIÓN CON LA VIDA EN JÓVENES UNIVERSITARIOS DE LA SELVA PERUANA” de los autores Rubí Esmeralda Medina Ramírez y Mary Cordova Rivera tiene un índice de similitud de 8 % 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 Tarapoto, a los 23 días del mes de diciembre del año 2024.



Mtra. Celina Ramírez Vega



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En San Martín, Tarapoto, Morales, a 23 día(s) del mes de diciembre del año 2024, siendo las 8:30 horas

se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Tarapoto, bajo la dirección del (de la) presidente(a): Mg. Jania Elizabeth Jimenez Soncco el (la) secretario(a): Psic. Isbelin Beatriz Paralta Casanova y los demás miembros: Mtro. Joel Hiramir Figueroa Quiñones y el (la) asesor(a) Mtra. Celina Ramirez Vega

con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de la tesis titulado: "Estrés, procrastinación y satisfacción con la vida en jóvenes de la selva peruana".

del(los) bachiller(es): a) Rubi Esmeralda Medina Ramirez b) Mary Cordova Rivera c)

conducente a la obtención del título profesional de: Psicólogo (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): Rubi Esmeralda Medina Ramirez

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Líteral	Cualitativa	
Aprobado	18.0	B+	Muy Bueno	Sobresaliente

Bachiller (b): Mary Cordova Rivera

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Líteral	Cualitativa	
Aprobado	18.8	A-	Muy Bueno	Sobresaliente

Bachiller (c):

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Líteral	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.

[Firma] Presidente/a

[Firma] Secretario/a

Asesor/a

Miembro

Miembro

Bachiller (a)

Bachiller (b)

Bachiller (c)

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

Estrés, Procrastinación y Satisfacción con la vida en jóvenes universitarios de la selva peruana

Mary Cordova Rivera,

Rubí Esmeralda Medina Ramírez,

Mag. Celina Ramírez Vega

Resumen

El estrés sigue siendo el protagonista de sentimientos y percepciones negativos, sus consecuencias son cada vez más evidentes, específicamente en el ámbito académico, amerita analizarse pues se denota mucha procrastinación, lo que afecta el bienestar de los estudiantes. Bajo ese contexto, este estudio plantea como objetivo, analizar si el estrés y procrastinación predicen la satisfacción con la vida en estudiantes universitarios. Mediante un estudio no probabilístico por bola de nieve, se alcanzó la participación de 400 estudiantes universitarios, los datos obtenidos fueron procesados a través del software SPSS, encontrando que el estrés ($\beta = -0.288$) y la procrastinación ($\beta = -0.175$) predicen la satisfacción con la vida. Este estudio deja clara evidencia que resalta la importancia de implementar estrategias de manejo del estrés; en consecuencia, la plana administrativa del sector educativo se convierte en el ente ideal para fomentar un entorno educativo saludable y equilibrado a través de programas de apoyo socioeducativo.

Palabras clave: estrés, educación, satisfacción con la vida, predictores, procrastinación.

Abstract

Stress continues to be a major driver of negative feelings and perceptions, with its consequences becoming increasingly evident, particularly in the academic context. This warrants further analysis, as high levels of procrastination are observed, negatively impacting students' well-being. Within this framework, the objective of this study is to analyze whether stress and procrastination predict life satisfaction among university students. Using a non-probabilistic snowball sampling method, 400 university students participated in the study. The data were processed using SPSS software, revealing that stress ($\beta = -0.288$) and procrastination ($\beta = -0.175$) predict life satisfaction. This study provides clear evidence that

underscores the importance of implementing stress management strategies; consequently, educational administrators become the ideal agents to promote a healthy and balanced educational environment through socio-educational support programs.

Keywords: stress, education, life satisfaction, predictors, procrastination