



Universidad  
Señor de Sipán

**FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES**

**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**TESIS**

**PROCRASTINACIÓN Y ADICCIÓN A LAS REDES  
SOCIALES EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD  
DE LA PROVINCIA DE CHICLAYO  
PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**Autores:**

**Bach. Bustamante Teran Jamaly Del Milagro**

**ID ORCID: 0000-0002-6116-0855**

**Bach. Chavez Martinez Lizania Yadelit**

**ID ORCID: 0000-0003-0183-3330**

**Asesor:**

**Dr. Efrén Gabriel Castillo Hidalgo**

**ID ORCID: 0000-0002-0247-8724**

**Línea de Investigación**

**Comunicación Y Desarrollo Humano**

**Sub Línea de Investigación**

**Bienestar y Desarrollo de habilidades para la vida**

**Pimentel – Perú**

**2023**

# PROCRASTINACIÓN Y ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD DE LA PROVINCIA DE CHICLAYO

Aprobación del jurado



---

MG. ASENJO ZAPATA CORNELIA YAJAIRA

**Presidenta del Jurado de Tesis**



---

MG. CARMONA BRENIS KARINA PAOLA

**Secretario del Jurado de Tesis**



---

MG. CASTILLO HIDALGO EFRÉN GABRIEL

**Vocal del Jurado de Tesis**

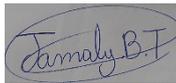
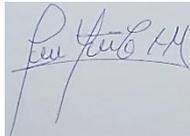
## DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD

Quien(es) suscribe(n) la **DECLARACIÓN JURADA**, soy(somos) **egresado (s)** del Programa de Estudios de **la Facultad de Humanidades de la Escuela de Psicología** de la Universidad Señor de Sipán S.A.C, declaro (amos) bajo juramento que soy (somos) autor(es) del trabajo titulado:

### PROCRASTINACIÓN Y ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD DE LA PROVINCIA DE CHICLAYO

El texto de mi trabajo de investigación responde y respeta lo indicado en el Código de Ética del Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Señor de Sipán (CIEI USS) conforme a los principios y lineamientos detallados en dicho documento, en relación a las citas y referencias bibliográficas, respetando al derecho de propiedad intelectual, por lo cual informo que la investigación cumple con ser inédito, original y autentico.

En virtud de lo antes mencionado, firman:

Bustamante Terán Jamaly Del Milagro	DNI: 71372143	
Chávez Martínez Lizania Yadelit	DNI: 44789934	

Pimentel, 26 de octubre del 2023.

## **Dedicatoria**

Lleno de alegría, amor y esperanza, dedico este mensaje a Dios para que me guíe y me dé la fuerza que necesito para seguir adelante y no dejarme atrapar en problemas.

A mis padres Roberto Leopoldo Bustamante Aguinaga y Vilma Terán Díaz, porque son la fuerza de mi vida y mi orgullo por lo que seré, gracias por creer siempre en mí y nunca dejarme solo.

A mi hermana Milagritos, mi guía del cielo, cuídame y bendíceme en mi camino.

A mis hermanas Nathaly y Madeleyne, que están tan orgullosas de lograr mis objetivos, les agradezco por creer en mí.

A mis mascotas por ser siempre mi alegría y desbordante amor en mi vida diaria.

Y a mi familia que creyó en mí, mis abuelos, tías, tíos y primos, les agradezco por ser parte de mi vida y por permitirme ser un gran logro. Tu mejor en general.

Jamaly del Milagro Bustamante Terán

Le dedico este estudio a mi Señor, quien me ha guiado en la dirección correcta, por haberme dado la fuerza necesaria en seguir adelante y no flaquear ante los problemas que surgen.

A mis hijos Yamilé y Daniel, quienes fueron mi inspiración y motivación en elegir esta maravillosa carrera.

A mi esposo Miguel Ángel por su apoyo incondicional, comprensión, amor, guía y asistencia en los momentos más complicados, animándome cada día a comprometerme con todas las actividades educativas y alcanzar mi meta, y así completar esta gran maravillosa carrera que tanto amo.

Lizania Yadelit Chávez Martínez.

## **Agradecimiento**

En primer lugar, agradezco a la Universidad Señor de Sipán por aceptarme ser parte de ella y abrirme las puertas de su carrera científica para que pueda investigar mi carrera, así como todas las demás. Me impartió conocimientos y me ayudó con mi motivación día a día.

También agradezco a mi docente de tesis, el profesor Efrén Gabriel Castillo Hidalgo, por darme la oportunidad de utilizar sus conocimientos y habilidades científicas, y por tener toda la paciencia del mundo para guiarme en el desarrollo de mi tesis.

Agradezco a mis padres Roberto Leopoldo Bustamante Aguinaga y Vilma Terán Díaz, por darme la oportunidad de ir a la universidad.

Finalmente, también les agradezco a todas las personas que fueron mis compañeros de clase en todos los niveles de la escuela por contribuir a través de su estrecha amistad, amistad y apoyo emocional, para continuar mi carrera.

Jamaly Del Milagro Bustamante Terán

Han sido cinco años llenos de esfuerzo, dedicación y sacrificio y este paso está completo y debo agradecer a Dios por darme la oportunidad de lograr mi objetivo de ser un profesional en una de las profesiones más hermosas que tuve.

A mis hijos Yamilé y Daniel les agradezco todo su cariño, porque me motivaron para lograr mi objetivo de convertirme en profesional.

Agradezco a mi querido esposo, Miguel Ángel, su ayuda y comprensión por darme la fuerza para completar la carrera que amaba.

Y a todos los que cooperaron o participaron de una forma u otra en la preparación de este estudio, mi más sincero agradecimiento.

“Encomienda a Jehová tu camino, y confía en él; y él hará.” Salmos 37: 5

Lizania Yadelit Chávez Martínez

## Resumen

El objetivo de la investigación fue determinar la relación entre procrastinación y adicción a las redes sociales en estudiantes universitarios de una Universidad de la provincia de Chiclayo. El Tipo de investigación es cuantitativo y el diseño es no experimental – transversal correlacional. Como técnica se utilizó la encuesta y como instrumento la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y la escala de Adicción a Redes Sociales (ARS). En la investigación, la población comprende a 1831 estudiantes de psicología y una muestra probabilística estratificada de 318. Se utilizó la estadística descriptiva para conocer los niveles de las variables y el coeficiente Rho Spearman para conocer la relación de las mismas. Los resultados más representativos, evidenciaron que la procrastinación académica y la adicción a las redes sociales alcanzaron un nivel medio; además, se demostró que existe relación directa entre autorregulación académica y la dimensión obsesión por las redes sociales ( $Rho=,368$ ;  $p<.05$ ); falta de control personal ( $Rho=,389$ ;  $p<.05$ ) y uso excesivo de las redes sociales ( $Rho=,346$ ;  $p<.05$ ); asimismo, también se evidenció relación directa entre postergación de actividades y la dimensión obsesión por las redes sociales ( $Rho=,588$ ;  $p<.05$ ); falta de control personal ( $Rho=,609$ ;  $p<.05$ ) y uso excesivo de las redes sociales ( $Rho=,615$ ;  $p<.05$ ). Finalmente, se concluyó que existe relación directa entre procrastinación y adicción a redes sociales ( $Rho=,465$ ;  $p<.05$ ), lo que significa que, a mayor postergación o aplazamiento de las tareas académicas, mayor es el uso excesivo de las redes sociales.

Palabras clave: Aplazar tareas, desorden de adicción a internet, redes informáticas, uso compulsivo de internet.

## **Abstract**

The objective of the research was to determine the relationship between procrastination and addiction to social networks in university students of a university in the province of Chiclayo. The type of research is quantitative and the design is non-experimental - cross-sectional correlational. The survey was used as a technique and the Academic Procrastination Scale (EPA) and the Addiction to Social Networks Scale (ARS) were used as instruments. In the research, the population comprised 1831 psychology students and a stratified probability sample of 318. Descriptive statistics were used to determine the levels of the variables and the Rho Spearman coefficient to determine their relationship. The most representative results showed that academic procrastination and addiction to social networks reached a medium level; in addition, it was demonstrated that there is a direct relationship between academic self-regulation and the dimension obsession with social networks ( $Rho=.368$ ;  $p<.05$ ); lack of personal control ( $Rho=.389$ ;  $p<.05$ ) and excessive use of social networks ( $Rho=.346$ ;  $p<.05$ ); likewise, there was also evidence of a direct relationship between procrastination and the dimension obsession with social networks ( $Rho=.588$ ;  $p<.05$ ); lack of personal control ( $Rho=.609$ ;  $p<.05$ ) and excessive use of social networks ( $Rho=.615$ ;  $p<.05$ ). Finally, it was concluded that there is a direct relationship between procrastination and addiction to social networks ( $Rho=.465$ ;  $p<.05$ ), which means that the greater the procrastination or postponement of academic tasks, the greater the excessive use of social networks.

Key words: procrastination, internet addiction disorder, computer networks, compulsive internet use.

## Índice

### Contenido

FACULTAD DE HUMANIDADES .....	i
Aprobación del jurado .....	ii
DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD.....	iii
Dedicatoria .....	iv
Agradecimiento .....	v
Resumen.....	vi
Abstract.....	vii
Índice.....	viii
I. INTRODUCCION .....	8
I.1. Realidad Problemática. ....	9
I.2. Antecedentes de estudio.....	12
I.3. Teorías relacionadas al tema. ....	17
I.3.1. Procrastinación académica.....	17
I.3.2. Adicción a las redes sociales.....	20
I.4. Formulación del Problema. ....	23
I.5. Justificación e importancia del estudio.....	23
I.6. Hipótesis. ....	24
I.6.1. Hipótesis específicas .....	24
I.7. Objetivos. ....	24
I.7.1. Objetivo General.....	24
I.7.2. Objetivos Específicos .....	24
II. MATERIAL Y MÉTODO .....	26
II.1. Tipo y Diseño de Investigación. ....	26
II.2. Población y muestra.....	27

II.2.1. Población.....	27
II.2.2. Muestra.....	27
II.3. Variables y operacionalización.....	28
II.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad. 33	
II.5. Procedimiento de análisis de datos.....	34
II.6. Criterios éticos. ....	35
II.7. Criterios de Rigor Científico. ....	35
III. RESULTADOS .....	37
III.1. Resultados en tablas y figuras .....	37
III.2. Discusión de resultados.....	42
IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	46
IV.1. Conclusiones .....	46
IV.2. Recomendaciones .....	47
REFERENCIAS .....	48
ANEXOS.....	55

## **I. INTRODUCCION**

El estudio se desarrolló con la finalidad de determinar si la procrastinación es un fenómeno que se relaciona con la adicción a las redes sociales en universitarios de Chiclayo. La procrastinación se caracteriza por el procesamiento de factores conductuales, afectivos y cognitivos; además, está estrechamente asociada a las deficiencias que presenta la persona para ejecutar adecuadamente sus actividades educativas. Los estudiantes procrastinadores son aquellos que se identifican por demostrar síntomas depresivos, baja autoestima e incluso perfeccionismo (Haycock et al., 2009). Mientras que la adicción a las redes sociales hace referencia a las conductas que llevan a la persona a generar dependencia; en ocasiones pueden causar satisfacción, pero cuando se hace un uso excesivo se desarrolla la pérdida de control (Treuer y Furedi, 2001).

El estudio se encuentra estructurado en cuatro capítulos. En el capítulo I se desarrolla las investigaciones previas, teorías relacionadas a los constructos de estudio, justificación, objetivos y también se analiza la realidad problemática, donde se realizó el estudio.

En el capítulo II se describe el proceso metodológico que se ha utilizado en el desarrollo de la investigación, siendo el enfoque cuantitativo, el diseño es no experimental, ya que los fenómenos se manipularon en ninguna circunstancia y se utilizó el muestro probabilístico simple de 318 estudiantes universitarios para la participación en la investigación. Para medir los constructos se consideró una escala para cada variable. Se utilizó la estadística descriptiva para conocer los niveles de las variables y el coeficiente Rho Spearman para conocer la relación de las mismas.

En el capítulo III se muestran los hallazgos de las variables, los mismos que son distribuidos por objetivos, además también se encuentra la discusión de dichos hallazgos; y en el capítulo IV se muestra las conclusiones a las que llegó el estudio y finalmente las recomendaciones.

## **I.1. Realidad Problemática.**

El uso de las nuevas tecnologías ha generado cambios significativos en la transmisión de la información, ha permitido que el ámbito educativo adopte nuevas estrategias de enseñanza, facilitando el acceso masivo a datos y comunicaciones y sobre todo promoviendo un aprendizaje significativo en toda persona o estudiante que logre adaptarse y utilizar estas herramientas de manera responsable. Sin embargo, cuando su uso no es el correcto o cuando se da prioridad a actividades como las redes sociales o los juegos, se puede provocar una patología, que lejos de contribuir a la formación del estudiante, puede generar distracción en las actividades académicas; por ello, es fundamental reflexionar sobre la calidad y el tipo de estudiantes que están en la etapa de formación, considerando todos aquellos factores cambiantes y novedosos que se abren en el ámbito social (Matalinares et al., 2017).

Uno de los problemas del comportamiento académico constituye la procrastinación referida a las conductas que llevan a una persona a posponer voluntariamente actividades que deberían ser entregadas o ejecutadas en un tiempo determinado. Dentro del contexto académico, se considera como el aplazamiento, retraso o postergación de actividades administrativas, escolares o académicas; además, dentro del ámbito académico está fuertemente relacionada con los comportamientos de postergación en otros ámbitos (Gómez et al., 2020).

Según Gil et al. (2020) en España, el 53,6% de los estudiantes universitarios presentan procrastinación, lo que ha provocado que esta población tenga dificultades para cumplir sus objetivos académicos, considerándose como causa fundamental la falta de automotivación y la energía que requiere el desarrollo de cada actividad. En Ecuador, se evidenció que el 20% de universitarios manifestaron síntomas de estrés, angustia y sobre todo falta de eficacia para cumplir con sus actividades educativas (Moreta y Duránm, 2018); en México, el 58.3% de estudiantes de los estudiantes universitarios tienden a procrastinar, es decir, postergan diversas actividades académicas como las tareas y trabajos que están sujetos a la lectura. Por lo tanto, es una dificultad que obstaculiza el correcto aprendizaje de los alumnos, además de afectar el cumplimiento de sus metas, puede generar bajo rendimiento académico, depresión, baja autoestima y ansiedad

(Zárate et al., 2020). Por otro lado, en Colombia el 27% de las personas entre 19 y 25 años presentan comportamientos adictivos a las redes sociales, siendo las más utilizadas WhatsApp 87%, Facebook 89%, Instagram 88%, Twitter 15% y el 35% usa otras redes. Además, las causas principales que llevan a la adicción es la insatisfacción personal, la falta de afecto, la depresión y la baja autoestima (Castro et al., 2020).

Así como en otros países la procrastinación es evidente, en el Perú también hay estudiantes que sufren de esta realidad, tal como lo afirman Gil y Botello (2018) que el 39,5% de alumnos perteneciente a una institución superior de Lima evidenciaron aplazamiento de tareas, los mismos que tienden a sufrir ansiedad cuando carecen de tiempo para emplear en actividades distractoras. Las principales causas prevalecen en la falta de energía, las reacciones negativas a las demandas, las expectativas y la organización del tiempo. En Trujillo, Cubas (2020) afirma que el 27% de universitarios posponen sus tareas académicas, lo cual es una acción desfavorable que lleva a desencadenar inferioridad, estrés e incluso la depresión cuando no logran presentar oportunamente sus tareas asignadas, generando como principal consecuencia el bajo rendimiento académico o incluso la deserción de sus estudios.

Por otro lado, a consecuencia de la coyuntura dada por el Covid-19, los internautas o usuarios de internet globales han aumentado un 7,3% (Moreno, 2021). Además, es importante destacar que el internet en la educación es fundamental para dar respuesta a las necesidades actuales, sin embargo, lo novedoso es que si se sobreutiliza o prioriza actividades (juegos, redes sociales, etc.), traerá nuevas enfermedades (Vivanco, 2020). Asimismo, la evidencia teórica presenta la importancia del uso de las plataformas virtuales para que estudiantes y docentes cumplan con sus actividades académicas, ya que a través de la tecnología se producen nuevas formas de transferir el conocimiento y crear nuevos paradigmas de enseñanza (Barrera y Guapi, 2018).

Por otro lado, Estrada (2020) afirma que el 40% de los estudiantes de Puerto Maldonado muestran adicción a las redes sociales, siendo Whatsapp, Facebook e Instagram las redes en las que más tiempo pasan conectados, problema que trae como consecuencias el descuido familiar y académico e incluso cuando no tienen

el acceso a las redes tienden a generar preocupación, intolerancia y cambios de humor.

Quant y Sánchez (2012) señalan que la procrastinación en el ámbito académico está relacionada con el rendimiento de los estudiantes, donde se demuestra la capacidad de cumplir con sus responsabilidades académicas y así obtener resultados favorables en su formación como profesionales. Además, refieren que los estudiantes que procrastinan o postergan sus tareas académicas, lo hacen por diversos factores, tales como el interés por otras actividades con menor importancia como el uso de los videojuegos, la falta de motivación y también la falta de organización. Por lo tanto, esto nos permite conjeturar que la procrastinación puede deberse al uso excesivo que hacen los estudiantes de las redes sociales.

Debido a la realidad provocada por el Covid-19, el uso de la tecnología ha facilitado la adaptación a los requerimientos dados por el gobierno, donde es indispensable hacer uso de plataformas digitales o cualquier material relacionado con la tecnología para poder cumplir con éxito nuestras actividades ya sean laborales o académicas y por ello la gran mayoría de los estudiantes están inmersos en estas plataformas, sin embargo, si se hace un uso excesivo puede generar conductas inadecuadas, intolerancia, depresión, etc. (Gil y Botello, 2018).

En la revisión del estado del arte, se han podido identificar estudios que muestran la relación entre ambas variables, pero se han realizado en contextos diferentes, donde las clases eran presenciales; por lo tanto, la ausencia de estudios en el contexto de COVID-19 constituyen un vacío teórico, el cual se busca resolver a través del desarrollo de a investigación.

En el contexto local, una Universidad Privada de la provincia de Chiclayo viene desarrollando sus actividades desde 1999 y actualmente cuenta con cinco facultades y veinte carreras profesionales, donde los estudiantes tienen toda la responsabilidad de cumplir con sus actividades académicas; sin embargo, se ha percibido que algunos alumnos postergan sus tareas para el último momento, además de demostrar desmotivación y sobre todo falta de energía; lo cual trae como consecuencia conductas de ansiedad, estrés e incluso enojo. Por otro lado,

también es evidente la frecuente dedicación a las redes sociales; esta situación es un problema que se viene dando desde hace mucho tiempo cuando las clases eran presenciales y se evidenciaba que los alumnos pasaban un tiempo prolongado en las redes sociales, principalmente en la hora de receso o incluso dentro del aula. Sin embargo, debido a la coyuntura del COVID-19, esto ha ido incrementándose, donde los estudiantes pasan mayor tiempo en la plataforma virtual, pero algunos de ellos les dan más importancia a las redes sociales que a sus tareas educativas.

## **I.2. Antecedentes de estudio.**

### **En el contexto internacional**

Aznar et al. (2020) realizaron su estudio en México con el objetivo de determinar si la adicción a las redes sociales está significativamente asociada a la procrastinación en universitarios mexicanos, la metodología fue correlacional, donde consideraron a 387 participantes para evaluarlos a través de encuestas. Los hallazgos más representativos evidenciaron que los fenómenos se asocian con un equivalente de 0.597. Por otro lado, demostraron que los universitarios evaluados alcanzaron un nivel alto de adicción a redes sociales y la procrastinación se situó en la categoría regular. Por último, los autores predijeron que cuando un estudiante pasa mayor tiempo en la plataforma digital, tiende a desarrollar comportamientos que lo llevan a postergar sus tareas académicas.

Hayat et al. (2020) desarrollaron su estudio en Shiraz – Irán, cuyo objetivo fue determinar si la procrastinación es un fenómeno que está significativamente relacionada con la adicción a internet en estudiantes universitarios, la metodología fue descriptiva y como muestra consideró a 233 estudiantes y como instrumento utilizaron el cuestionario, el mismo que fue administrado a la población estudiada. De acuerdo con los hallazgos de los autores, se demostró que los constructos mencionados poseen una relación positiva con un coeficiente de 0,39; además, los estudiantes evaluados presentaron comportamientos adictivos al internet y la procrastinación alcanzó un nivel alto.

Hejab (2020) desarrolló su estudio en Arabia Saudí cuyo propósito fue analizar si la procrastinación académica está relacionada con la adicción a las redes sociales en una población universitaria. De acuerdo con la profundidad del estudio,

el autor siguió las pautas de una investigación no experimental, considerando una población de 697 personas a las que aplicó dos cuestionarios para la obtención de información. El autor demostró que los fenómenos mostraron una relación favorable con  $0,001$ ; además, señaló que a pesar de los beneficios del uso de las redes sociales, su lado negativo sigue siendo muy evidente con la alta posibilidad de adicción asociada a la procrastinación académica.

Ramos et al. (2018) desarrollaron su estudio en Ecuador, cuyo propósito fue determinar si la variable procrastinación muestra asociación con la adicción a internet en una población estudiantil de grado universitario, la metodología es no experimental y como población utilizaron 250 estudiantes, quienes fueron sometidos a la evaluación de encuestas. Según los resultados diagnosticados por los autores, se demostró que los constructos se asocian con un equivalente de  $0.50$ . Por otro lado, mostraron que la procrastinación se situó en la categoría de nivel medio. Concluyeron que los estudiantes que procrastinan frecuentemente tienden a utilizar el internet.

Mohammed y Abdulgafar (2017) realizaron su investigación en Nigeria, cuyo propósito fue conocer el grado de asociación entre la adicción a internet y la procrastinación académica en estudiantes de la Universidad de Zaria - Nigeria. La investigación tiene un diseño ex-post-facto, la población estuvo formada por 380 estudiantes quienes participaron en la aplicación de una encuesta. Como principales resultados, los investigadores evidenciaron que los fenómenos se asociaron positivamente con un valor de  $0,427$ ; también señalaron que los evaluados manifestaron una moderada procrastinación, es decir, postergan sus actividades académicas de forma regular.

### **En el contexto nacional**

Espinoza e Ibáñez (2020) realizaron su estudio en Trujillo, cuya finalidad fue conocer si la procrastinación académica es un fenómeno que muestra relación con la adicción a las redes sociales en estudiantes de una institución superior, la investigación es correlacional, como instrumentos utilizaron dos escalas para medir las variables mencionadas, las cuales fueron administradas a una población de 254 estudiantes. De acuerdo a los hallazgos, se demostró que los fenómenos se asocian con un coeficiente de  $0.53$ ; además, los autores también mostraron que la

autorregulación se asocia positivamente con la dimensión uso excesivo de redes sociales 0.30, con la dimensión obsesión 0.58 y la falta de control 0.30; la postergación de actividades evidenció relación directa con la dimensión uso excesivo de redes sociales 0.29, con la dimensión obsesión 0.41 y la falta de control 0.30. Concluyeron que el alumno con comportamientos adictivos a las redes sociales, se caracterizan por desarrollar patrones comportamentales de postergar sus tareas de la Universidad.

Magallán (2020) planteó su estudio académico con la finalidad de demostrar si la variable adicción a las redes sociales esta significativamente asociada a la variable procrastinación académica en alumnos pertenecientes a una Universidad privada de Tarapoto. Para lograr dicho propósito, el autor desarrolló una investigación no experimental, considerando una población de 188 estudiantes, que participaron en la administración de dos instrumentos. Estadísticamente demostró que los constructos tienen un grado de vínculo positivo con un valor de 0.441; asimismo, mostró que los evaluados evidenciaron un nivel medio de adicción y la procrastinación también prevaleció en un nivel medio. En conclusión, señalaron que cuando el alumno demuestra mayor interés a las redes sociales tienden a tener una mayor procrastinación.

Núñez y Cisneros (2019) en su investigación tuvieron como objetivo analizar la asociación entre la adicción a las redes sociales y la variable procrastinación en estudiantes de nivel universitario de Arequipa, la metodología del estudio es no experimental, los instrumentos utilizados fueron los cuestionarios, los mismos que fueron administradas a una población de 120 universitarios. Dentro de los hallazgos representativos se logró evidenciar que las variables tienen un grado de asociación positivo de 0,977; asimismo, los evaluados presentaron un nivel medio o regular en ambas variables o constructos evaluados. Por último, los autores aportaron cuando las personas aumentan su comportamiento de estar pendiente sobre actividades distractoras como las redes sociales, mayor es el aplazamiento de sus actividades.

Páucar (2018) realizaron su estudio en Lima, cuya finalidad fue determinar la asociación entre procrastinación académica y la adicción a las redes sociales en una población de estudiantes pertenecientes a una universidad privada de Lima, la metodología fue no experimental y para recoger la información utilizó dos

cuestionarios, los cuales fueron aplicados a un total de 208 estudiantes universitarios. Como resultados del estudio, se evidenció que los fenómenos mencionados están asociados de manera favorable o positiva con un valor de 0.406; asimismo, el autor precisó que dichos constructos prevalecieron en la categoría de nivel medio.

Matalinares et al. (2017) realizaron su estudio en Lima con la finalidad de conocer si la procrastinación está relacionada con la adicción a las redes sociales en una población de universitarios, la metodología es correlacional y utilizaron dos cuestionarios, los cuales fueron aplicadas a una población de 402 estudiantes universitarios. Estadísticamente precisaron que las variables son dos fenómenos que sea asociación con un valor de 0.379; además ambas variables representaron un nivel medio. Finalmente, los autores señalaron que los estudiantes que procrastinan tienen la probabilidad a desarrollar comportamientos que lo llevar a hacer uso excesivo de las diferentes plataformas o redes sociales.

### **En el contexto local**

Chanamé (2020) en el desarrollo de su estudio tuvo como objetivo determinar la asociación entre la procrastinación académica y los hábitos de estudio en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, la investigación fue correlacional, la población fue comprendida por 324 estudiantes y como instrumentos utilizó dos cuestionarios. El autor demostró que las variables están inversamente asociadas, es decir, que ambos fenómenos tienen un comportamiento independiente; asimismo, señaló que la procrastinación de los estudiantes evaluados alcanzó un nivel medio. En conclusión, argumentó que los principales factores que hacen que el estudiante postergue sus responsabilidades, se debe a la falta de organización y sobre todo la indecisión o miedo.

Fernández y Quevedo (2018) desarrollaron su investigación con la finalidad de conocer la asociación entre la dependencia de las redes sociales y la procrastinación en una población de universitarios, el estudio fue desarrollado bajo los parámetros correlacionales, la población fue de 266 estudiantes a quienes aplicaron dos cuestionarios para la recolección de datos. De acuerdo a los hallazgos demostrados por los autores, se evidenció que las variables están significativamente relacionadas y el nivel de procrastinación de los estudiantes

alcanzó una categoría alta, lo cual hace referencia que los encuestados tienden a procrastinar sus actividades o tareas académicas.

Zarpan (2018) desarrolló su estudio y se propuso como objetivo medir la adicción a las redes sociales en universitarios de una institución privada de Chiclayo; de acuerdo a su naturaleza se basó en una metodología descriptiva, donde abordó una población de 552 estudiantes. En sus resultados, mostró que la variable prevaleció en un nivel alto, seguido de un nivel medio y finalmente un nivel bajo. En conclusión, el autor afirmó que la mayoría de los estudiantes evaluados hacen uso de la red social Facebook, conectándose desde un teléfono celular o una computadora.

Vallejos (2018) realizó su investigación para evaluar las redes sociales y la procrastinación en una población universitaria de Chiclayo, la metodología que enmarcó fue correlacional, donde consideró pertinente hacer uso de dos cuestionarios para ser administrados a 231 estudiantes universitarios. Estadísticamente, el autor demostró que prevalece una relación positiva de 0.268 entre las variables mencionadas; además, los estudiantes demostraron un nivel medio de procrastinación, ya que algunos de los estudiantes muestran actitudes de desmotivación, lo cual no les permite realizar oportunamente sus actividades correspondientes al campo educativo.

Bances (2018) desarrolló su estudio cuyo propósito fue determinar la asociación entre la autoeficacia y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo. Para lograr dicho propósito, se realizó un estudio correlacional y como población consideró a 248 estudiantes, quienes respondieron voluntariamente a un conjunto de ítems establecidos en dos cuestionarios. Los hallazgos evidenciaron relación directa entre los constructos, y también se demostró que de los estudiantes evaluados postergaban constantemente sus responsabilidades académicas. Como contribución final, manifestó que una estudiante necesita automotivarse y sentirse con alto nivel de energía que le permita poner en primera línea a sus actividades más importantes y que estas no sean remplazadas por aquellas que solo generan distracción en un momento.

### **I.3. Teorías relacionadas al tema.**

#### **I.3.1. Procrastinación académica**

Según Roseblum et al. (2002), son las acciones que realiza una persona con la finalidad de atrasar irrazonablemente las responsabilidades académicas hasta llegar al punto de experimentar algún síntoma de ansiedad. Así, conceptualizaron la procrastinación como una emoción negativa que se asocia o relaciona con fallas en la autorregulación, por lo que las personas desarrollan autoeficacia académica, bajos niveles de autoestima y altos síntomas de estrés. Por otro lado, Steel (2007) argumenta que son las actividades que aplaza una persona con voluntad propia, es decir, es una acción planificada.

Además, Ackerman y Grossi (2007) señalan que este es un comportamiento dinámico ya que presenta una serie de cambios a lo largo del tiempo y está relacionado con la educación pura como materiales de trabajo, estrategias utilizadas por los docentes y contenidos relacionados con el factor de enseñanza. Si la realización de la tarea se retrasa debido a las condiciones educativas mencionadas, el tiempo disponible de la persona se utilizará para otras actividades que generen algunas emociones positivas o que se consideren distractoras.

Asimismo, Haycock et al. (2009) señalan que la procrastinación se caracteriza por el procesamiento de factores conductuales, afectivos y cognitivos; además, está estrechamente asociada a las deficiencias que presenta la persona para ejecutar adecuadamente sus actividades educativas. Los estudiantes procrastinadores son aquellos que se identifican por demostrar síntomas depresivos, baja autoestima e incluso perfeccionismo.

De la misma manera, Chan (2011) afirma que este fenómeno es la influencia en la solución de problemas las decisiones que toman las personas para cumplir adecuadamente con sus actividades académicas o también con las funciones relacionadas con el contexto laboral. Además, Vargas (2017) atestigua que es aquel que está destinado a retrasar las actividades o responsabilidades que una persona tiene en el ámbito educativo; asimismo, es considerado como un factor multifacético, ya que tiene la capacidad de involucrar aspectos emocionales, conductuales y cognitivos.

En relación a los modelos teóricos, se tiene a la teoría psicodinámica, considerada como un enfoque que fundamenta el papel de las experiencias de los niños como determinantes de las características personales en la vida posterior, así como los diversos conflictos que conducen al desarrollo del comportamiento emocional, y el proceso inconsciente de la conducta. Se destaca que esta teoría hace referencia a que la postergación de actividades comienza en la infancia y en las diversas experiencias que se generan dentro de la familia y con las personas que están en nuestro entorno. Por lo tanto, retrasar o posponer actividades que tienen relevancia en el ámbito educativo o en la vida de la persona, es una acción de incapacidad que muestra el ser humano para cumplir con alguna actividad que está en un nivel principal, lo cual puede generar algún síntoma de angustia o desesperación (Ferrari et al., 2009).

También se cita la teoría de la orientación a la meta, en la que Herrera (2009) señala que es uno de los enfoques que tiene una amplia aplicabilidad en la educación. Asimismo, señala que las metas de logro son aquellas metas para quienes se proponen alcanzar una determinada meta o propósito, incluyendo el logro exitoso de las metas planificadas y la evaluación de su desempeño, lo cual puede tener un impacto positivo o negativo en el desempeño educativo. Además, se hace referencia que esta teoría involucra dos propósitos o metas que están relacionadas a la aproximación y la evitación.

Por otro lado, se tiene la teoría emotiva conductual, que afirma que las acciones de procrastinación se generan por la incapacidad del ser humano de tolerar los contratiempos y las creencias irracionales sobre la correcta realización de una determinada actividad; es decir, la persona proyecta metas extensas o consideradas irreales y como consecuencia no obtiene los resultados que desea y por lo tanto exhibe conductas incómodas, en las que el desarrollo de dichas actividades comienza a retrasarse hasta alcanzar la meta deseada. Por lo tanto, una forma en que los estudiantes procrastinan es no completar sus tareas o evaluaciones de aprendizaje en el tiempo establecido y dejan todo para último minuto. En este enfoque se destacan dos factores de procrastinación, el primero está relacionado a la postergación de actividades que se realizan por la falta de responsabilidad y voluntad propia; mientras que el segundo factor es la

autorregulación académica, que busca evitar el cumplimiento de actividades (Busko, citado en Alvares, 2010).

De todas las teorías presentadas anteriormente, la investigación se basó en la teoría de Busko, que es un enfoque ampliamente utilizado para evaluar la procrastinación en el ámbito educativo a través de dos factores: la autorregulación académica y la postergación de actividades, que se describen a continuación:

Según Pintrich (citado en Ayala et al., 2020), la autorregulación académica es un factor fundamental que lleva al ser humano a controlar sus conductas, propósitos, aprendizajes, conocimientos y, sobre todo, a controlar su motivación. En este sentido, se destaca que esta acción es esencial en el proceso de aprendizaje, la cual debe ser utilizada por cada uno de las personas que se encuentran en un proceso de formación. Sin embargo, es fundamental que el ser humano tenga claro lo que ha adquirido durante la metacognición y sobre todo que comprenda claramente lo que hace y lo que sabe. Por lo tanto, se puede decir que, si un alumno no es capaz de entender su aprendizaje, sus emociones y entenderse a sí mismo, tendrá ciertas dificultades en la autorregulación académica.

Además, Álvarez (2010) añade que la autorregulación académica está relacionada con la motivación de los estudiantes, la organización que crean para ello y el grado en que controlan su propio pensamiento y ejecución.

Finalmente, la postergación de actividades, es la postergación o aplazamiento es una decisión deliberada porque hace que los estudiantes posterguen innecesariamente sus actividades, sustituyendo sus tareas por otras actividades menos importantes, dejar actividades incompletas, y lo más importante, este tipo de procrastinación es de corta duración, es decir, se pasa en poco tiempo. Por otro lado, los estudiantes son conscientes de los posibles inconvenientes y consecuencias de la postergación o aplazamientos de las actividades (Palacios y Palos, como se citó en Ayala et al., 2020).

### **I.3.2. Adicción a las redes sociales**

Según Bostwick y Bucci (2008) es el uso excesivo de páginas webs para hacer mensajería verbal o textual, interactuar y navegar sobre temas sexuales o preocupaciones que tiene en mente el individuo y sobre todo para jugar excesivamente de manera individual o en grupo.

De igual forma, Echeburúa (2010) sostiene que es difícil definir la adicción a las redes sociales porque no aparece en la clasificación psiquiátrica. Sin embargo, señala que más del mal uso que dan las personas a las plataformas virtuales se habla de la adicción, lo cual se caracteriza por el uso excesivo de las redes sociales, obsesión por las mismas y sobre todo no poder controlar el uso de estas redes.

Asimismo, Ecurra y Salas (2014) lo definen como aquellos patrones desadaptativos que llevan a la persona a generar cambios en el estado de ánimo, desarrollan interés por estar haciendo un uso excesivo de las redes sociales descuidando sus tareas o actividades que pueden desarrollar en su vida cotidiana, además, pueden desarrollar conductas de intolerancia.

Además, Treuer y Furedi (2001) afirman que son las conductas que llevan a la persona a generar dependencia; en ocasiones pueden causar satisfacción, pero cuando se hace un uso excesivo se desarrolla la pérdida de control, lo que puede reflejar resultados negativos en su vida cotidiana y también en su entorno educativo, ya que por el hecho de estar en estas plataformas deja de lado actividades que debería cumplir responsablemente. Además, señalan que cuando la persona es interrumpida, tiende a mostrar un comportamiento de enojo; ya que necesita concentrarse y sobre todo cuando decide abandonar, no puede hacerlo,

De igual manera, Ortega (2015) señala que es la dependencia que desarrolla la persona de estar conectada a Internet para interactuar o jugar con otras personas; además, especifica que la persona adicta a esta red se caracteriza por tener la obsesión de buscar refuerzos que le generen satisfacción a través del uso de plataformas virtuales.

Por otro lado, dentro de las principales teorías se tiene a la teoría del aprendizaje social, según Cía (2013) esta teoría involucra la conducta activista de la persona, la cual se activa a través de mecanismos positivos como el placer de

experimentar algún deseo; sin embargo, cuando las conductas se activan, los mecanismos se vuelven negativos y se caracterizan por responder a la necesidad de no sentir síntomas de abstinencia o ciertos malestares. Por ello, especifica que una persona adicta presenta síntomas de malestar emocional, enfado, se siente aburrida e incluso sola y para aliviarse necesita hacer uso de la red social; mientras que una persona normal se conecta a las plataformas para satisfacer algún deseo que es impulsado por su funcionalidad natural. En este sentido, argumenta que el tiempo, el dinero, la intensidad y la frecuencia con la que se gasta en las redes sociales puede llevar a que las conductas sanas o normales se conviertan en conductas anormales.

Asimismo, la teoría Cavanagh hace referencia al deseo que lleva al ser humano a desarrollar determinadas conductas. Esta teoría se asocia a las conductas adictivas, donde no es necesaria la presencia de las características de una dependencia física (Molleda, 2015). Por otro lado, el deseo está presente cuando el ser humano necesita lograr alguna satisfacción o evitar algún malestar, es ahí donde el deseo muestra una carga emocional en la persona y por ende se desata el malestar. También refiere que son procesos vinculados que surgen de los pensamientos intrusivos que la persona desarrolla durante un corto periodo y que se dan de manera natural.

Finalmente, la teoría sociocultural, según Apud y Romaní (2016) esta es una de las teorías socioculturales que involucra perspectivas que permiten al ser humano comprender las diferentes costumbres sociales y culturales que implican factores relacionados con el entretenimiento, la religión, la medicina y el uso de diversas sustancias activas como las drogas y su uso cultural en la sociedad contemporánea. Por otro lado, esta teoría en términos biológicos ha orientado a generar la conceptualización clásica de "drogodependencia" que ha expuesto el vínculo con las diferentes peculiaridades y formas de organizar la vida cotidiana incluyendo los diferentes procesos de la construcción de la identidad e identificación del hombre.

De todas las teorías mencionadas, el estudio se sustenta en la teoría del aprendizaje social, puesto que no existen teorías suficientes para fundamentar a

profundidad la adicción a redes sociales; sin embargo, es la que más se caracteriza con la realidad del estudio.

Por otro lado, Ecurra y Salas (2014) manifiestan que la adicción a redes sociales comprende tres factores; el primero está relacionado a la obsesión por las redes sociales que involucra el compromiso emocional que la persona tiene con las redes sociales, es decir, el individuo que tiene obsesión desarrolla una preocupación que le lleva a tener una imaginación frecuente de las redes sociales, ansiedad y desesperación por acceder a ellas (Ecurra y Salas, 2014). Por lo tanto, una persona normal puede estar desarrollando cualquier actividad de su vida cotidiana sin preocuparse por acceder a las plataformas o a cualquier red social; mientras que una persona con obsesión tiene una preocupación constante por dejar las tareas que está desarrollando para acceder a ellas y sobre todo que demuestra una conducta de inquietud y angustia.

La falta de control personal en el uso de las redes sociales, la cual está relacionada con la desatención de la persona a las actividades cotidianas o a las tareas académicas debido a la falta de control, es decir, la persona muestra preocupación cuando no puede estar conectada y, en consecuencia, desatiende sus obligaciones o responsabilidades al priorizar el acceso a las redes sociales (Ecurra y Salas, 2014).

Uso excesivo de las redes sociales, que hace referencia a aquellas barreras que lleva a la persona a no poder controlarse, es decir, se ven en una situación difícil para dejar de hacer uso de las redes sociales. Asimismo, las personas que utilizan excesivamente estas plataformas se caracterizan por experimentar preocupación, pérdida de bienestar y ansiedad (Ecurra y Salas, 2014).

Asociando la procrastinación y la adicción a las redes sociales, los autores Ramírez et al. (2021) afirman que las redes sociales son una herramienta fundamental para interactuar con otras personas o para realizar cualquier actividad laboral; sin embargo, si se hace un uso excesivo, puede generar conductas inadecuadas, intolerancia, depresión, y sobre todo, lejos de contribuir a la formación del estudiante, puede generar distracción en las actividades académicas o incluso llegar al límite de aplazarlo para dedicarle más tiempo a los videojuegos o a las

redes sociales, ya que al no tener control de estas actividades, su prioridad siempre será el uso de las redes, dejando de lado o en segundo lugar las actividades académicas.

#### **I.4. Formulación del Problema.**

¿Existe relación entre procrastinación y adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad de la Provincia de Chiclayo?

#### **I.5. Justificación e importancia del estudio.**

La investigación se justificó tomando en cuenta los criterios establecidos por Hernández et al. (2014):

Desde el punto de vista teórico, el estudio se justifica porque los constructos o variables se basaron en teorías y autores confiables. Por lo tanto, en el estudio las variables procrastinación se respaldará en la teoría de Busko y la adicción a las redes sociales en la teoría del aprendizaje social y conceptualizaciones de Escurra y Salas (2014) lo cual permitió que las variables sean operacionalizadas de manera adecuada para su correcta medición.

Se justifica socialmente, ya que los resultados que se alcanzaron permitieron demostrar el comportamiento de las variables (relación), lo cual fue facilitado a la institución para que tenga en conocimiento la realidad que viven los estudiantes evaluados en relación a los fenómenos de estudio; además, son de gran utilidad para que autoridades o instituciones lleven a cabo acciones dirigidas a contrarrestar esta realidad problemática.

Tiene justificación metodológica, ya que el estudio comprendido instrumentos donde se procedió a realizar los criterios de confiabilidad y validez con el objetivo de demostrar resultados consistentes. Asimismo, la importancia de la investigación está en los hallazgos o resultados que servirán para que otros investigadores se incentiven a seguir profundizando dichos constructos en otros contextos o población que tengan características semejantes a los de la investigación.

## **I.6. Hipótesis.**

H1: Existe relación estadísticamente significativa entre procrastinación y adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad de la Provincia de Chiclayo

Ho: No existe relación estadísticamente significativa entre procrastinación y adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad de la Provincia de Chiclayo.

### **I.6.1. Hipótesis específicas**

H1: Existe relación estadísticamente significativa entre la autorregulación académica y las dimensiones de adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad de la Provincia de Chiclayo.

Ho: No existe relación estadísticamente significativa entre la autorregulación académica y las dimensiones de adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad de la Provincia de Chiclayo.

H1: Existe relación estadísticamente significativa entre la postergación de actividades y las dimensiones de adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad de la Provincia de Chiclayo.

Ho: No existe relación estadísticamente significativa entre la postergación de actividades y las dimensiones de adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad de la Provincia de Chiclayo.

## **I.7. Objetivos.**

### **I.7.1. Objetivo General**

Determinar la relación entre procrastinación y adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad de la Provincia de Chiclayo.

### **I.7.2. Objetivos Específicos**

Describir la relación entre la autorregulación académica y las dimensiones de adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad de la Provincia de Chiclayo.

Describir la relación entre la postergación de actividades y las dimensiones de adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad de la Provincia de Chiclayo.

Identificar el nivel de procrastinación en estudiantes de una universidad de la Provincia de Chiclayo

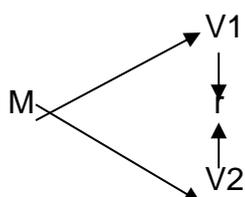
Identificar el nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad de la Provincia de Chiclayo

## II. MATERIAL Y MÉTODO

### II.1. Tipo y Diseño de Investigación.

El estudio es cuantitativo, dado que utiliza la medición numérica para dar respuesta a preguntas planteadas y el análisis estadístico para probar las hipótesis previamente establecidas en el estudio (Hernández y Mendoza, 2018). Por otro lado, también es correlacional, puesto que su objetivo es determinar la relación entre dos constructos (Vara, 2015).

El diseño de investigación es no experimental, de corte transversal, correlacional. De acuerdo a Hernández y Mendoza (2018), este diseño se caracteriza por observar y analizar los elementos de las variables tal y como se den en su propio contexto, es decir, este tipo de estudio no permite manipular los fenómenos a investigar; también es transversal ya que permite recabar información en un momento dado. En tal efecto, el estudio es no experimental, dado que los factores de las variables serán analizados tal y como se dan en su entorno natural, es decir, las variables de estudio no serán manipuladas bajo ninguna circunstancia; asimismo, es transversal, puesto que el cuestionario será aplicado por única vez y por ende la información se obtendrá en un solo momento. El diagrama es el siguiente:



*Figura 1.* Diagrama según el diseño

Donde:

M: Muestra

V1: Procrastinación

V2: Adicción a redes sociales

r: Relación entre variables

## II.2. Población y muestra.

### II.2.1. Población

Según Vara (2015), es un grupo de personas o animales que se identifican por permanecer en un determinado territorio y que poseen peculiaridades semejantes. En la investigación, la población comprende a 1,831 alumnos que pertenecen a la Escuela de Psicología de una universidad de la Provincia de Chiclayo.

### II.2.2. Muestra

Es extraída de una población general, la misma que se utiliza para fines que el investigador considere necesario y además esta debe ser la más representativa posible (Vara, 2015). En el estudio la muestra se determinó haciendo uso de la fórmula para una población conocida o finita:

$$n = \frac{Z_{\mu}^2 * N * p * q}{E^2(N - 1) + Z_{\mu}^2 * p * q}$$

Donde:

N = Tamaño de la población. (1,831)

$Z_{\mu}^2$  = Nivel de confianza. (95%)

p\*q = Probabilidades con las que se presenta el fenómeno. (50%)

E = Margen de error permitido. (5%)

n = Tamaño de la muestra.

$$n = \frac{1.96^2 * 1831 * 0.5 * 0.5}{0.05^2(1831 - 1) + 1.96^2 * 0.5 * 0.5}$$

$$n = 318$$

Asimismo, se utilizó el muestreo probabilístico estratificado, según Hernández y Mendoza (2018) es aquel que busca seleccionar una muestra según segmentos.

Por lo tanto, en el estudio se realizó un listado de los estudiantes por cada ciclo y se procedió a realizar el sorteo aleatorio hasta completar la muestra de 318 estudiantes. A continuación, se muestra la distribución de la muestra:

**Tabla 1**

*Distribución de la muestra según ciclo académico*

<b>Ciclo</b>	<b>N</b>	<b>n</b>
1	380	66
2	127	22
3	207	36
4	162	28
5	217	38
6	150	26
7	148	26
8	107	19
9	136	24
10	67	12
11	130	23
<b>Total</b>	<b>1831</b>	<b>318</b>

Nota: Elaboración propia

**Criterios de inclusión:** Estudiantes de ambos géneros, estudiantes pertenecientes a la escuela de Psicología, estudiantes matriculados en el ciclo académico, estudiantes que responden correctamente las encuestas y aquellos que firmen el consentimiento informado.

**Criterios de exclusión:** Estudiantes que se rehúsen a participar de la investigación, aquellos que no proporcionen respuestas adecuadamente al cuestionario, estudiantes pertenecientes a otras carreras, aquellos que se encuentren en modalidad CEPRE y aquellos que no firmen el consentimiento informado.

### **II.3. Variables y operacionalización.**

#### **Variable 1: Procrastinación.**

**Definición conceptual:** Según Roseblum et al. (2002), son las acciones que realiza una persona con la finalidad de atrasar irrazonablemente las responsabilidades académicas hasta llegar al punto de experimentar algún síntoma de ansiedad. Así, conceptualizaron la procrastinación como una emoción negativa

que se asocia o relaciona con fallas en la autorregulación, por lo que las personas desarrollan autoeficacia académica, bajos niveles de autoestima y altos síntomas de estrés.

**Definición operacional:** La variable se midió a través de la puntuación de 12 ítems, distribuidos en dos dimensiones: Autorregulación académica y postergación de actividades.

**Variable 2: Adicción a redes sociales.**

**Definición conceptual:** Echeburúa (2010) sostiene que es difícil definir la adicción a las redes sociales porque no aparece en la clasificación psiquiátrica. Sin embargo, señala que más del mal uso que dan las personas a las plataformas virtuales se habla de la adicción, lo cual se caracteriza por el uso excesivo de las redes sociales, obsesión por las mismas y sobre todo no poder controlar el uso de estas redes.

**Definición operacional:** La variable se midió a través de la puntuación de 24 ítems, distribuidos en tres dimensiones: Obsesión por las redes sociales, falta de control personal y uso excesivo de las redes sociales.

**Tabla 2***Operacionalización de la variable procrastinación*

<b>Variable</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Encuesta/cuestionario</b>
Procrastinación	Autorregulación académica	2,3,4,5,8,9,10,11,12	Encuesta/Cuestionario
	Postergación de actividades	1,6,7	

Nota: Elaboración propia

**Tabla 3***Operacionalización de adicción a las redes sociales*

<b>Variable</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Encuesta/cuestionario</b>
	Obsesión por las redes sociales	2,3,5,6,7,13,15,19,22,23	
Adicción a las redes sociales	Falta de control personal	4,11,12,14,20,24	Encuesta/Cuestionario
	Uso excesivo de las redes sociales	1,8,9,10,16,17,18,21	

---

Nota: Elaboración propia

#### **II.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad.**

**Técnica: Encuesta.** Según Vara (2015) es aquella que ayuda al investigador a obtener información a través de las respuestas proporcionadas por un grupo de personas. En este sentido, la investigación utilizará la encuesta para generar información sobre los fenómenos que se investigaron, lo cual fue facilitado o proporcionado por los participantes que conformaron la muestra.

**Instrumento: Cuestionario.** Es un instrumento compuesto por un conjunto de ítems que sirven para medir variables u obtener información para cumplir con propósitos establecidos por el investigador (Vara, 2015). Para la investigación se utilizarán dos cuestionarios, los mismos que se detallan a continuación:

La Escala de Procrastinación Académica (EPA) fue desarrollada por Busko en el año 1998 y adaptada en el Perú por Domínguez, Villegas y Centeno en el año 2013. La finalidad de la escala es evaluar la procrastinación en estudiantes universitarios a través de 12 preguntas distribuidas en dos factores o dimensiones (ver operacionalización); además, el instrumento puede aplicarse en un tiempo aproximado de 10 minutos y de manera individual. La medición es en escala Likert y los baremos de interpretación son los siguientes: alto 36 – 60, medio 25 - 35 y bajo 12 – 24.

En términos psicométricos, Domínguez, Villegas y Centeno (2013) sometieron el cuestionario a la validez de ítem-test, demostrando valores que oscilan entre 0.31 y 0.71; asimismo, Busko (1998) determinó la consistencia interna a través del Alfa de Cronbach, donde evidenció un valor de 0.86; sin embargo, la adaptación de Domínguez, Villegas y Centeno (2013) demostró que la escala general alcanzó un valor de 0.832, la dimensión autorregulación académica 0.752 y postergación de actividades 0.792.

En el estudio, el cuestionario estuvo sujeto a la validez por el criterio de expertos (5), donde se consideró necesario utilizar el método V de Aiken en el cual se evidenciaron valores favorables (0.78 y 1); asimismo, las dimensiones autorregulación académica mostró un valor de 0.92 y postergación de actividades 0.93; mientras que la validez general fue de 0.92, lo cual es considerado como un

valor aceptable (ver anexo 3); esto se sustenta en lo señalado por Merino y Livia (2009), los cuales indican que se considera un valor aceptable o válido cuando está por encima del 0.70. Asimismo, se determinó la confiabilidad del Alfa de Cronbach, donde se obtuvo un valor general de 0.894, la dimensión autorregulación académica 0.885 y postergación de actividades 0.853, indicando que el instrumento produce resultados consistentes (ver anexo 3).

La escala de Adicción a Redes Sociales (ARS) fue desarrollada en Lima - Perú por Ecurra y Salas (2014). La escala tiene como principal finalidad evaluar la adicción a las redes sociales en universitarios a través de 24 ítems, distribuidos en tres dimensiones (ver operacionalización); además, el instrumento puede aplicarse en un tiempo aproximado de 10 minutos y de manera individual. La medición es en escala Likert y los baremos de interpretación son los siguientes: alto 65 – 96, medio 33 - 64 y bajo 24 – 32.

En términos psicométricos, Ecurra y Salas (2014) sometieron el cuestionario a la validez de ítem-test, demostrando valores que oscilan entre 0.40 y 0.83; asimismo, sometió el cuestionario al Alfa de Cronbach, donde demostró que la escala general alcanzó un valor de 0.95, la dimensión obsesión por las redes sociales 0.91, falta de control personal 0.88 y uso excesivo de las redes sociales 0.92.

En el estudio, el cuestionario estuvo sujeto a la validez por el criterio de expertos (5), donde se consideró necesario utilizar el método V de Aiken en el cual se evidenciaron valores favorables (0.98 y 1); asimismo, la validez de manera general y todas las dimensiones mostraron un valor de aceptable de 1 (ver anexo 3). Asimismo, se sometió a la fiabilidad mediante el Alfa de Cronbach, donde la confiabilidad general fue de 0.956, el factor uno mostró un valor de 0.810, el factor dos 0.895 y el factor tres 0.907 (ver anexo 3); todo esto indica que la escala es aceptable y garantiza la obtención de información consistente.

## **II.5. Procedimiento de análisis de datos.**

Para el procedimiento y análisis de los datos será necesario hacer uso de dos programas Microsoft Excel 2013 y el programa estadístico SPSS versión 25. En primera instancia los datos recogidos de los cuestionarios serán vertidos en una

hoja de datos de Excel para posteriormente procesarlos en el programa SPSS, donde se distribuirán los datos en tablas y figuras y además se hará uso del estadístico Rho Spearman para determinar la relación de variables tal y como lo manifiesta Hernández y Mendoza (2018).

## **II.6. Criterios éticos.**

Para fines de la investigación se considerará los criterios éticos establecidos en el informe de Belmont (Ryan et al., 1976).

**Respeto a las personas:** Dentro de la investigación, las autoras tuvieron toda la responsabilidad de comunicar que los participantes pueden tomar decisiones libremente, es decir, puede participar de manera voluntaria, asimismo, esto estará garantizado por el consentimiento informado. Además, se le informó a cada participante que su participación no requiere de datos personales, ya que será en calidad anónima y dicha información solo se recopila para cumplir fines académicos.

**Beneficencia:** En el estudio, todos los participantes recibieron un trato profesional, ya que en ningún momento se les privo la libertad de tomar decisiones. Por otro lado, se explicó los beneficios que obtendrán los estudiantes al someterse a la aplicación del instrumento, es decir, se dio a conocer que como participante sólo podrán conocer sus resultados solicitando a los autores de la investigación y también que esta información sólo será utilizada con fines académicos.

**Justicia:** Las investigadoras encargadas de aplicar el cuestionario velaron que durante el proceso de la aplicación no se provoque ningún trato discriminatorio. Además, en el momento de administrar el instrumento, se evitó la exclusión de estudiantes universitarios que no fueron considerados dentro de aquellos criterios que permitían incluir en la muestra o población a encuestar.

## **II.7. Criterios de Rigor Científico.**

Según Noreña et al., (2012), los principales criterios son los siguientes:

**Credibilidad o valor de verdad:** Se define como la demostración de la información relacionada a la investigación, pero que ésta sea establecida sin alteraciones o manipulación de las variables. Este criterio se cumplirá durante el

desarrollo de la investigación, ya que las variables serán analizadas desde el contexto natural, es decir, la información obtenida será con veracidad, la misma que será garantizada con las evidencias necesarias.

**Aplicabilidad:** Este criterio se refiere a la forma en que los hallazgos de la investigación pueden ser aplicados en otros contextos, contrastando los resultados demostrados en investigaciones anteriores. Para ello, la investigación abordará este criterio, ya que los hallazgos permitirán describir las características de las variables con el fin de realizar comparaciones y determinar atributos en común con otras investigaciones; asimismo, otras instituciones pueden considerarlo como conocimiento empírico en poblaciones con peculiaridades comunes a las del estudio.

**Reflexividad o neutralidad:** Busca que dentro de un estudio se considere escalas o instrumento que sean confiables para que los hallazgos demuestren cierto grado de coherencia. Dentro del estudio se garantizó la consistencia de los hallazgos, ya que se utilizó instrumentos ya validados en el contexto peruano y especialmente en poblaciones similares a las de la investigación; además, el estudio también someterá los instrumentos a la validez del juicio de expertos y a la fiabilidad del Alfa de Cronbach.

### III. RESULTADOS

#### III.1. Resultados en tablas y figuras

##### Objetivo general:

Determinar la relación entre procrastinación y adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad de la Provincia de Chiclayo.

##### Tabla 4

*Coefficiente de Correlación entre procrastinación y adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad de la Provincia de Chiclayo.*

		Adicción a redes sociales
Procrastinación	Coefficiente Rho Spearman	,465**
	Sig.	<,001
	r <sup>2</sup>	0.216
	N	318

Nota: Significancia; N: Tamaño de la muestra

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Ho: No existe relación estadísticamente significativa entre procrastinación y adicción a las redes sociales

##### Criterios de decisión:

Si p-valor<.05: Se rechaza la Ho

Si p-valor>.05: Se acepta la H1

**Decisión estadística:** Se rechaza la Ho

**Interpretación:** El análisis Rho Spearman entre la procrastinación y la adicción a las redes sociales mostró un p-valor <.05, lo cual permite hacer referencia que existe evidencia para aceptar la H1 y rechazar la H0; además, esto indica que existe una relación directa y significativa con un tamaño de efecto median (Rho=,465; p<.05). Es decir, a mayor postergación o aplazamiento de las tareas académicas, mayor es el uso excesivo de las redes sociales, la obsesión por las mismas y, sobre todo, no poder controlar el uso de estas redes.

### Objetivo específico N° 1:

Describir la relación entre la autorregulación académica y las dimensiones de adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad de la Provincia de Chiclayo.

**Tabla 5**

*Coeficiente de Correlación entre autorregulación académica y las dimensiones de adicción a las redes sociales*

		Dimensiones de adicción a las redes sociales		
		Obsesión por las redes sociales	Falta de control personal	Uso excesivo de las redes sociales
Autorregulación académica	Correlación de Rho Spearman	,368**	,389**	,346**
	Sig.	<,001	<,001	<,001
	r <sup>2</sup>	0.135	0.513	0.119
	N	318	318	318

Nota: Significancia; N: Tamaño de la muestra

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Ho: No existe relación estadísticamente significativa entre la autorregulación académica y las dimensiones de adicción a las redes sociales.

### Criterios de decisión:

Si p-valor<.05: Se rechaza la Ho

Si p-valor>.05: Se acepta la H1

**Decisión estadística:** Se rechaza la H0.

**Interpretación:** En el análisis Rho Spearman entre autorregulación académica y las dimensiones de adicción a las redes sociales, se encontró un p-valor <.05, lo cual permite hacer referencia que existe evidencia para aceptar la H1 y rechazar la H0; además, esto indica que existe una relación directa y significativa con un tamaño de efecto mediano entre autorregulación y obsesión por las redes sociales (Rho=,368; p<.05); con la dimensión falta de control personal (Rho=,389; p<.05) y con la dimensión uso excesivo de las redes sociales (Rho=,346; p<.05); lo cual significa que cuando el estudiante tiene dificultades de comprenderse a sí mismo o autorregularse académicamente, mayor será la obsesión y uso de las redes sociales y la falta de control personal.

## Objetivo específico N° 2:

Describir la relación entre la postergación de actividades y las dimensiones de adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad de la Provincia de Chiclayo.

**Tabla 6**

*Coeficiente de Correlación entre la postergación de actividades y las dimensiones de adicción a las redes sociales*

		Dimensiones de adicción a las redes sociales		
		Obsesión por las redes sociales	Falta de control personal	Uso excesivo de las redes sociales
Postergación de actividades	Correlación de Rho Spearman	,588**	,609**	,615**
	Sig.	<,001	<,001	<,001
	r <sup>2</sup>	0.345	0.370	0.378
	N	318	318	318

Nota: Significancia; N: Tamaño de la muestra

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Ho: Existe relación estadísticamente significativa entre la postergación de actividades y las dimensiones de adicción a las redes sociales.

### Criterios de decisión:

Si p-valor<.05: Se rechaza la Ho

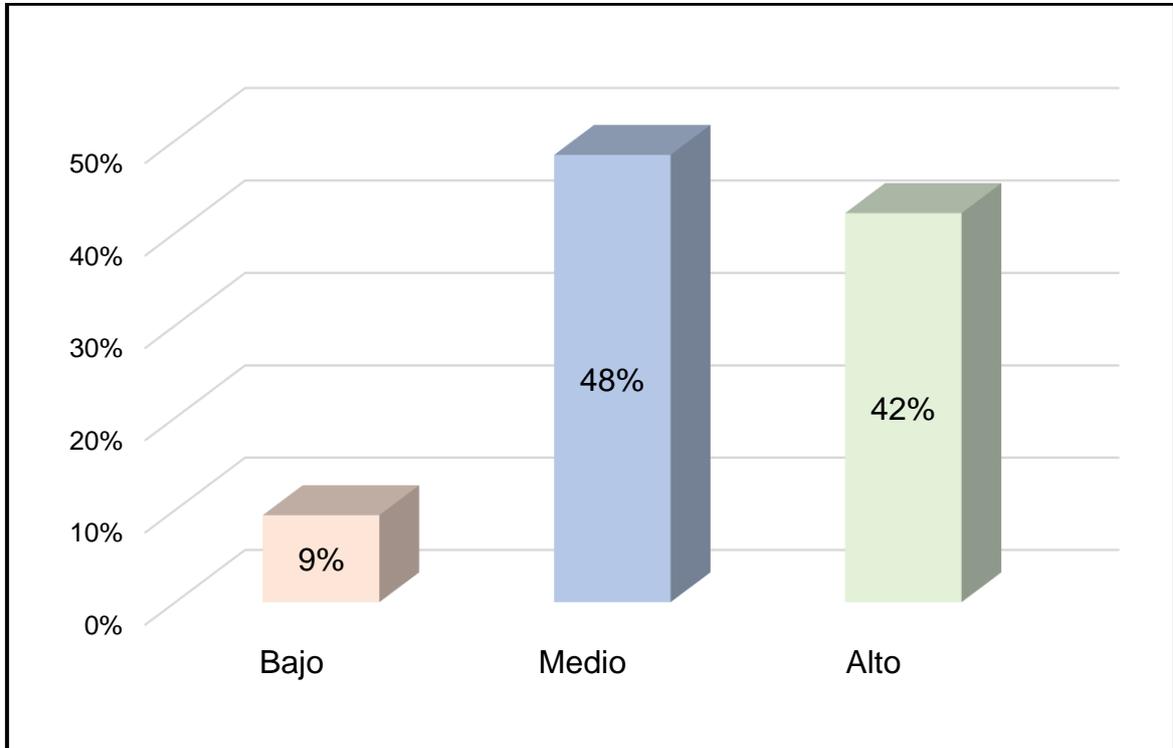
Si p-valor>.05: Se acepta la H1

**Decisión estadística:** Se rechaza la Ho.

**Interpretación:** En el análisis Rho Spearman entre postergación de actividades y las dimensiones de adicción a las redes sociales, mostró un p-valor <.05, lo cual permite hacer referencia que existe evidencia para aceptar la H1 y rechazar la H0; además, esto indica que existe una relación directa y significativa con un tamaño de efecto grande entre postergación de actividades y obsesión por las redes sociales (Rho=,588; p<.05); con la dimensión falta de control personal (Rho=,609; p<.05) y con la dimensión uso excesivo de las redes sociales (Rho=,615; p<.05); lo cual significa que cuando el estudiante posterga o sustituye sus responsabilidades académicas por algo innecesario, mayor es la obsesión, el uso y control de las redes sociales.

### Objetivo específico N° 3:

Identificar el nivel de procrastinación en estudiantes de una universidad de la Provincia de Chiclayo.

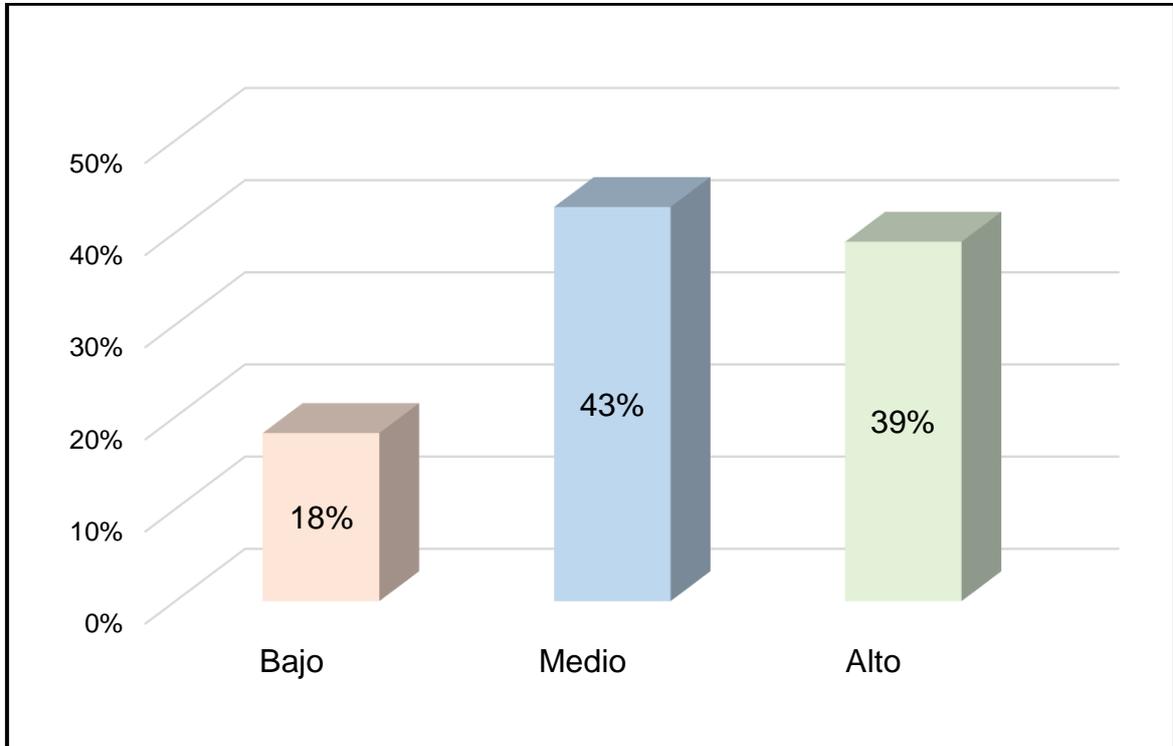


*Figura 2.* Nivel de procrastinación en estudiantes de una universidad de la Provincia de Chiclayo

**Interpretación:** Los resultados de la figura anterior evidencian que la procrastinación académica prevalece en un nivel medio con un valor estadístico del 48%, lo cual indica que algunos de los estudiantes en ocasiones se sienten desmotivados o con falta de energía para cumplir con sus tareas académicas en el tiempo establecido, es decir, postergan sus actividades académicas para el último momento, lo cual puede traer como consecuencias bajo rendimiento, conductas de ansiedad, estrés e incluso enojo.

#### Objetivo específico N° 4:

Identificar el nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad de la Provincia de Chiclayo.



*Figura 3.* Nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad de la Provincia de Chiclayo

**Interpretación:** La figura anterior evidencia que la adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad de la Provincia de Chiclayo alcanzó un porcentaje del 43%, el cual se sitúa en un nivel medio e indica que algunos universitarios hacen uso excesivo de las redes sociales, ya sea para jugar videojuegos, ver videos o interactuar con amigos a través de mensajes textuales y en ocasiones cuando son interrumpidos tienden a mostrar comportamientos de enojo.

### III.2. Discusión de resultados

Los hallazgos encontrados evidencian que existe una relación directa estadísticamente significativa con un tamaño de efecto mediano entre procrastinación y adicción a redes sociales ( $Rho=,465$ ;  $p<.05$ ), lo cual indica que, a mayor postergación o aplazamiento de las tareas académicas, mayor es el uso excesivo de las redes sociales, la obsesión por las mismas y, sobre todo, no poder controlar el uso de estas redes. Dicho resultado se asemeja a los encontrados por Espinoza e Ibáñez (2020) quienes realizaron su estudio en Trujillo con la finalidad de conocer si la procrastinación académica es un fenómeno que muestra relación con la adicción a las redes sociales en estudiantes de una institución superior y lograron concluir que ambos fenómenos poseen una relación de 0.53 y un  $p<.05$ , lo cual también indica que a mayor puntuación en la procrastinación, mayor será el uso de las redes sociales.

De la misma manera, Páucar (2018) realizó su estudio en Lima y logró concluir que la procrastinación académica y la adicción a las redes sociales tienen una relación directa ( $Rho=.406$ ;  $p<.05$ ); por lo tanto, los estudios previos también muestran que los constructos estudiados se relacionan significativamente y permiten hacer referencia a que los estudiantes que no cumplen con sus tareas académicas o lo postergan para el último momento, tienden a desarrollar una conducta de dedicar más tiempo a las redes sociales. Todo esto se fundamenta en la teoría de Ramírez et al. (2021) quienes afirman que las redes sociales son una herramienta fundamental para interactuar con otras personas o para realizar cualquier actividad laboral; sin embargo, si se hace un uso excesivo, puede generar conductas inadecuadas, intolerancia y sobre todo, lejos de contribuir a la formación del estudiante, puede generar distracción en las actividades académicas o incluso llegar al límite de aplazarlo para dedicarle más tiempo a los videojuegos o a las redes sociales.

Por otro lado, también se encontró que existe relación directa estadísticamente significativa con un tamaño de efecto mediano entre autorregulación y obsesión por las redes sociales ( $Rho=,368$ ;  $p<.05$ ); con la dimensión falta de control personal ( $Rho=,389$ ;  $p<.05$ ) y con la dimensión uso excesivo de las redes sociales ( $Rho=,346$ ;  $p<.05$ ); lo que permite hacer referencia

que cuando el estudiante tiene dificultades de comprenderse a sí mismo o autorregularse académicamente, mayor será la obsesión y uso de las redes sociales y la falta de control personal. Dichos resultados guardan semejanza con los hallazgos de Espinoza e Ibáñez (2020) quienes realizaron su estudio en Trujillo en una población de universitarios y lograron concluir que la autorregulación académica se relaciona directamente con la dimensión uso excesivo de redes sociales ( $Rho=,30$ ;  $p<.05$ ), con la dimensión obsesión por las redes sociales ( $Rho=,58$ ;  $p<.05$ ) y falta de control ( $Rho=,30$ ;  $p<.05$ ); dichas semejanzas pueden deberse a que ambas poblaciones son características comunes (universitarios) y de una u otra manera tienen dificultades para autorregularse académicamente y por ende se involucran mayor tiempo en las redes sociales.

En tal efecto, según Pintrich (citado en Ayala et al., 2020), la autorregulación académica es un factor fundamental que lleva al ser humano a controlar sus conductas, propósitos, aprendizajes, conocimientos y, sobre todo, a controlar su motivación. Asimismo, Ecurra y Salas (2014) señalan que la obsesión por las redes sociales hace referencia al compromiso emocional que la persona tiene con las redes sociales; la falta de control personal está relacionada con la desatención de la persona a las actividades cotidianas o a las tareas académicas, es decir, la persona muestra preocupación cuando no puede estar conectada y, en consecuencia, desatiende sus obligaciones al priorizar el acceso a las redes sociales; y el uso excesivo de las redes sociales hace referencia a aquellas barreras que lleva a la persona a no poder controlarse, es decir, se ven en una situación difícil para dejar de hacer uso de las redes sociales.

Además, también se encontró que existe relación directa estadísticamente significativa con un tamaño de efecto grande entre postergación de actividades y obsesión por las redes sociales ( $Rho=,588$ ;  $p<.05$ ); con la dimensión falta de control personal ( $Rho=,609$ ;  $p<.05$ ) y con la dimensión uso excesivo de las redes sociales ( $Rho=,615$ ;  $p<.05$ ); lo cual hace referencia que cuando el estudiante posterga o sustituye sus responsabilidades académicas por algo innecesario, mayor es la obsesión, el uso y control de las redes sociales. Los resultados se asemejan a los encontrados por Espinoza e Ibáñez (2020) quienes realizaron su estudio en Trujillo en una población de universitarios y lograron concluir que la postergación de

actividades se relaciona directamente con la dimensión uso excesivo de redes sociales ( $Rho=,29$ ;  $p<.05$ ), con la dimensión obsesión por las redes sociales ( $Rho=,41$ ;  $p<.05$ ) y falta de control ( $Rho=,30$ ;  $p<.05$ ); lo cual también permite argumentar que los estudiantes evaluados por Espinoza e Ibáñez sustituyen sus tareas académicas por otras actividades de menor importancia para dedicar más tiempo a las redes sociales. Esto se fundamenta en lo mencionado por Palacios y Palos (como se citó en Ayala et al., 2020) quienes indican que la postergación o aplazamiento es una decisión deliberada porque hace que los estudiantes posterguen innecesariamente sus actividades, sustituyendo sus tareas por otras actividades menos importantes, dejar actividades incompletas, y lo más importante, este tipo de procrastinación es de corta duración, es decir, se pasa en poco tiempo.

Por otro lado, se identificó que la procrastinación académica alcanzó un nivel medio con un valor estadístico del 48%, lo cual indica que algunos de los estudiantes en ocasiones se sienten desmotivados o con falta de energía para cumplir con sus tareas académicas en el tiempo establecido, es decir, postergan sus actividades académicas para el último momento, lo cual puede traer como consecuencias bajo rendimiento, conductas de ansiedad, estrés e incluso enojo. Los resultados se asemejan a los encontrados por Magallán (2020) quien realizó su estudio en una Universidad privada de Tarapoto y logró concluir que los universitarios evaluados presentaron un nivel medio de procrastinación; además, Núñez y Cisneros (2019) en su investigación desarrollada en estudiantes de nivel universitario de Arequipa también evidenciaron que la procrastinación prevaleció en un nivel medio. Por lo tanto, las semejanzas se deben a que los estudiantes en ocasiones tienden a postergar sus actividades académicas. En tal sentido, Asimismo, Haycock et al. (2009) señalan que la procrastinación se caracteriza por el procesamiento de factores conductuales, afectivos y cognitivos; además, está estrechamente asociada a las deficiencias que presenta la persona para ejecutar adecuadamente sus actividades educativas.

Finalmente, se identificó que la adicción a las redes sociales prevalece en un nivel medio con un 43%, lo que significa que algunos universitarios hacen uso excesivo de las redes sociales, ya sea para jugar videojuegos, ver videos o interactuar con amigos a través de mensajes textuales y en ocasiones cuando son

interrumpidos tienden a mostrar comportamientos de enojo. Resultados semejantes obtuvo Núñez y Cisneros (2019) quienes realizaron su investigación en estudiantes de nivel universitario de Arequipa y concluyeron que la adicción a redes sociales prevaleció en un nivel medio; sin embargo, existe discrepancias con el resultado de Zarpan (2018) quien realizó su estudio en estudiantes pertenecientes a una universidad privada de Chiclayo y logró concluir que dicha población alcanzó un nivel alto; dicha diferencia, puede deberse a que Núñez y Cisneros realizaron su estudio en un contexto fuera de la pandemia por Covid-19 y lo estudiantes hacían mayor uso de las redes sociales sobre todo en la propia aula de clase. En tal sentido, Ecurra y Salas (2014) señalan que la adicción a redes sociales son patrones desadaptativos que llevan a la persona a generar cambios en el estado de ánimo, desarrollan interés por estar haciendo un uso excesivo de las redes sociales descuidando sus tareas o actividades que pueden desarrollar en su vida cotidiana.

## IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### IV.1. Conclusiones

Existe una relación directa estadísticamente significativa con un tamaño de efecto mediano entre procrastinación y adicción a redes sociales ( $Rho=,465$ ;  $p<.05$ ), lo que significa que, a mayor postergación o aplazamiento de las tareas académicas, mayor es el uso excesivo de las redes sociales, la obsesión por las mismas y, sobre todo, no poder controlar el uso de estas redes.

Existe relación directa estadísticamente significativa con un tamaño de efecto mediano entre autorregulación y la dimensión obsesión por las redes sociales ( $Rho=,368$ ;  $p<.05$ ); con la dimensión falta de control personal ( $Rho=,389$ ;  $p<.05$ ) y con la dimensión uso excesivo de las redes sociales ( $Rho=,346$ ;  $p<.05$ ); lo que significa que cuando el estudiante tiene dificultades de comprenderse a sí mismo o autorregularse académicamente, mayor será la obsesión y uso de las redes sociales y la falta de control personal.

Existe relación directa estadísticamente significativa con un tamaño de efecto grande entre postergación de actividades y la dimensión obsesión por las redes sociales ( $Rho=,588$ ;  $p<.05$ ); con la dimensión falta de control personal ( $Rho=,609$ ;  $p<.05$ ) y con la dimensión uso excesivo de las redes sociales ( $Rho=,615$ ;  $p<.05$ ); lo que significa que cuando el estudiante posterga sus actividades innecesariamente, mayor será la obsesión y uso de las redes sociales y la falta de control personal.

Se identificó que la procrastinación académica alcanzó un nivel medio con un valor estadístico del 48%, seguido de nivel alto con 42% y nivel bajo 9%; lo que significa que algunos de los estudiantes en ocasiones se sienten desmotivados o con falta de energía para cumplir con sus tareas académicas en el tiempo establecido.

Se identificó que la adicción a las redes sociales alcanzó un nivel medio con un 43%, seguido de nivel alto con 39% y nivel bajo 18%; lo que significa que algunos universitarios hacen uso excesivo de las redes sociales, ya sea para jugar videojuegos, ver videos o interactuar con amigos a través de mensajes textuales.

## **IV.2. Recomendaciones**

A la universidad se le recomienda promover la organización del tiempo a través de la elaboración de un cronograma de las actividades que los estudiantes realizan diariamente, es decir, el registro de lo que hacen desde que se levantan hasta que descansan, para evaluar las prácticas habituales y determinar las actividades que se deben realizar primero, las que siguen y las que se pueden eliminar; todo esto ayudará a reducir el tiempo de ocio.

Se recomienda a la universidad que desarrolle charlas o talleres basados en actividades como la organización o gestión del tiempo, la eliminación de distracciones, la automotivación, el establecimiento de metas diarias, la superación de obstáculos o cualquier otra actividad que esté orientada a reducir y prevenir la procrastinación en los estudiantes.

Se recomienda a los estudiantes realizar un calendario donde se establezcan todas las horas de estudio y las actividades a realizar diariamente, evitar argumentos auto permisivos como "miro Facebook, pero sólo cinco minutos" "no pasa nada si me retraso, aún tengo tiempo" y sobre todo motivarse constantemente para evitar la procrastinación o postergación de sus actividades académicas.

A la universidad se le recomienda desarrollar talleres sobre el uso correcto de los medios virtuales y las consecuencias que el alumno puede tener en el ámbito académico, social y familiar si pasa demasiado tiempo en Internet o en las redes sociales.

A la Universidad se le recomienda desarrollar programas complementarios como actividades motivacionales o deportivas que ayuden a los estudiantes a reducir el uso de las redes sociales y que sirvan de base o punto de referencia para otras instituciones.

## REFERENCIAS

- Ackerman, D., & Gross, B. (enero-julio de 2007). I can start JME manuscript next week, can't I? The task characteristics behind why faculty procrastinate. *Journal of Marketing Education*, Vol. 29, 97 - 110. doi:10.1177 / 0273475307302012
- Álvarez, O. (enero-diciembre de 2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Revista Persona*, Vol. 13, 159 - 177. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/1471/147118212009.pdf>
- Apud, I., & Romaní, O. (marzo-julio de 2016). La encrucijada de la adicción: Distintos modelos en el estudio de la drogodependencia. *Salud y drogas*, Vol. 16, 115 - 125. Obtenido de Distintos modelos en el estudio de la drogodependencia.
- Ayala, A., Rodríguez, R., Villanueva, V., Hernández, M., & Campos, M. (diciembre-abril de 2020). La procrastinación académica: teorías, elementos y modelos. *Revista Muro de la Investigación*, Vol. 2, 40 - 52. doi:<https://doi.org/10.17162/rmi.v5i2.1324>
- Aznar, I., Romero, M., García, A., & Ramírez, M. (diciembre-mayo de 2020). Mexican and Spanish university students' Internet addiction and academic procrastination: Correlation and potential factors. *Journal PLoS ONE*, 15(5), 1-18. doi:<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0233655>
- Bances, G. (2018). *Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo. (Tesis de grado)*. Obtenido de Universidad Señor de Sipan: <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/7227/>
- Barrera, V., & Guapi, A. (2018). La importancia del uso de las plataformas virtuales en la educación superior. *Revista: Atlante. Cuadernos de Educación y Desarrollo*, Vol. 2, 32-44.
- Bostwick, J., & Bucci, J. (2008). Internet sex addiction treated with naltrexone. *Mayo Clinic Proceedings*, Vol. 83, 1-25.

- Bostwick, M., & Bucci, J. (junio-enero de 2008). Internet sex addiction treated with naltrexone. *Journal Mayo Clinic Proceedings*, Vol. 83, 93 - 112. Obtenido de <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18241634/>
- Castro, J., Gómez, E., Rodríguez, L., Toro, C., & Zapata, A. (2020). Ansiedad social y adicción a redes sociales en adolescentes del valle de Aburrá en función del estrato socioeconómico y el sexo. *Tecnológico de Antioquia, Institución Universitaria*. Obtenido de <https://dspace.tdea.edu.co/handle/tdea/811>
- Chan, L. (2011). Academic procrastination as predictor of academic performance among young people with higher education. *Journal Unife*, Vol. 7, 53 - 62. Obtenido de <https://www.unife.edu.pe/>
- Chanamé, A. (2020). *Procrastinación académica y hábitos de estudio en alumnos de una universidad privada de la ciudad de Chiclayo, 2019. (Tesis de grado)*. Obtenido de Universidad Señor de Sipán: <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/7893>
- Chóliz, M., & Marco, C. (marzo-diciembre de 2012). Tratamiento cognitivo-conductual en un caso de adicción a Internet y videojuegos. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, Vol. 13. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=56025664009>
- Cía, A. (octubre-noviembre de 2013). Las adicciones no relacionadas a sustancias: Un primer paso hacia la inclusión de las adicciones conductuales en las clasificaciones categoriales vigentes. *Revista Neuropsiquiatría*, Vol. 76, 210 - 217. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=372036946004>
- Cubas, H. (2020). *Procrastinación académica y ansiedad rasgo en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo*. Obtenido de Universidad Privada Antenor Orrego: <https://hdl.handle.net/20.500.12759/7206>
- Echeburúa, E. (enero-diciembre de 2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Revista Adicciones*, Vol. 22, 91 - 95. doi:<https://doi.org/10.20882/adicciones.196>
- Escurra, M., & Salas, E. (febrero de 2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). *Revista de Psicología*, Vol.

20, 73 - 91. Obtenido de  
<http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n1/a07v20n1.pdf>

Espinoza, L., & Ibañez, I. (2020). *Procrastinación Académica y Adicción a las Redes Sociales en Estudiantes de un Instituto Superior del Distrito de Laredo. (Tesis de grado)*. Obtenido de Universidad César Vallejo:  
<https://repositorio.ucv.edu.pe/>

Estrada, E. (julio-septiembre de 2020). Funcionamiento familiar y adicción a redes sociales en estudiantes de Puerto Maldonado. *Revista San Gregorio, Vol. 40*, 101-117. doi:<https://doi.org/http:10.36097/rsan.v1i40.1393>

Fernández, J., & Quevedo, X. (2018). *Dependencia a las redes sociales y procrastinación académica en universitarios. (Tesis de grado)*. Obtenido de Universidad Señor de Sipan:  
<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/4981>

Ferrari, J. R., Barnes, K., & Steel, P. (2009). Life regrets by avoidant and arousal procrastinators: why put off today what you will regret tomorrow? *Journal of individual differences, Vol. 30*, 163 - 168. doi:<https://doi.org/10.1027/1614-0001.30.3.163>

Gil, J., Besa, M., & Garzón, A. (octubre-febrero de 2020). ¿Por qué procrastina el alumnado universitario? Análisis de motivos y caracterización del alumnado con diferentes tipos de motivaciones. *Revista de Investigación, Vol. 38*, 183-200. doi:<https://doi.org/10.6018/rie.344781>

Gil, L., & Botello, V. (mayo-julio de 2018). Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Ciencias de la Salud de una Universidad de Lima Norte. *Revista de investigación y casos en salud, Vol. 3*, 89-96. doi:<https://doi.org/10.35626/casus.2.2018.75>

Gómez, M., Tomás, J., Montes, J., Brando, C., Cladellas, R., & Limonero, J. (marzo-julio de 2020). Procrastinación académica y riesgo de conducta suicida en jóvenes universitarios: el papel de la regulación emocional. *Revista de Ansiedad y Estrés, Vol. 26*, 112-119. doi:[10.1016/j.anyes.2020.06.002](https://doi.org/10.1016/j.anyes.2020.06.002)

Hayat, A., Kojuri, J., & Amini, M. (abril de 2020). Academic procrastination of medical students: the role of internet addiction. *Journal of advances in*

*medical education and professionalism*, 8 (2), 83-89. doi:10.30476 / JAMP.2020.85000.1159

- Haycock, L., Carthy, P., & Skay, C. (abril de 2009). Procrastination in college students: The role of self-efficacy and anxiety. *Journal of Counseling and Development*, Vol. 76, 317 - 324. doi:<https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1998.tb02548.x>
- Hejab, M. (2020). Academic procrastination among university students in Saudi Arabia and its association with social media addiction. *Journal Psychology And Education*, Vol. 57, 1118-1124. Obtenido de <http://www.psychologyandeducation.net/pae/index.php/pae/article/view/1344/1129>
- Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta (3ª ed.)*. México: Mc Graw Hill.
- Herrera, D. (marzo de 2009). Teorías Contemporáneas de la Motivación: una Perspectiva Aplicada. *Perú Fondo Editorial de la Pontificia Universidad Católica del Perú*, Vol. 27, 311 - 316. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=337829513006>
- Magallán, S. (2020). *Adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de Ingeniería y Arquitectura de una universidad particular en la región San Martín, Perú, 2020*. Obtenido de Universidad Peruana Unión: <https://repositorio.upeu.edu.pe/>
- Martínez, A., & Gavilanes, G. (2015). *Adicción a las redes sociales y su relación con la Adaptación conductual en los adolescentes*. Obtenido de Pontificia Universidad Católica del Ecuador : <https://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/1137>
- Matalinares, M., Díaz, A., Rivas, L., Dioses, A., & Arenas, C. (agosto-diciembre de 2017). Procrastinación y adicción a redes sociales en estudiantes universitarios de pre y post grado de Lima. *Horizonte de la Ciencia*, 7 (13), 63-81. Obtenido de <https://revistas.uncp.edu.pe/index.php/horizontedelaciencia/article/view/313>

- Merino, C., & Livia, C. (2009). Intervalos de confianza asimétricos para el índice la validez de contenido: Un programa Visual Basic para la V de Aiken. *Anales en Psicología*, 25 (1), 169-171.
- Mohammed, A., & Abdulgafar, A. (2017). Influence of Internet-Addiction on Academic Procrastination among Students of Ahmadu Bello University Zaria, Kaduna State-Nigeria. *CARD International Journal of Educational Research and Management Technology*, Vol. 2, 189-200. Obtenido de <https://casirmediapublishing.com/>
- Molleda, P. (2015). *Adicciones y nuevas adicciones: Dos perspectivas comparadas. (Tesis de grado)*. Obtenido de Universidad de Chile: <http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/>
- Moreno, M. (2021). *El 53% de la población mundial ya emplea las redes sociales*. Obtenido de <https://www.trecebits.com/>
- Moreta, R., & Durán, T. (diciembre-julio de 2018). Propiedades psicométricas de la escala de procrastinación académica (EPA) en estudiantes de psicología de Ambato, Ecuador. *Revista Salud y Sociedad*, Vol. 9, 236-247. doi: 10.22199/S07187475.2018.0003.00003
- Noreña, A., Moreno, N., Rojas, J., & Rebolledo, D. (mayo-septiembre de 2012). Aplicabilidad de los criterios de rigor y éticos en la investigación cualitativa. *Aquichán*, 263-274. Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/aqui/v12n3/v12n3a06.pdf>
- Núñez, R., & Cisneros, B. (2019). Adicción a Redes Sociales y Procrastinación Académica en Estudiantes Universitarios. *Revista Nuevas Ideas en Informática Educativa*, Vol. 15, 114-120. Obtenido de [http://www.tise.cl/Volumen15/TISE2019/TISE\\_2019\\_paper\\_83.pdf](http://www.tise.cl/Volumen15/TISE2019/TISE_2019_paper_83.pdf)
- Ortega, J. (mayo de 2015). Adicción a las redes sociales y sintomatología depresiva en universitarios. *Revista CASUS*, Vol. 2, 47 - 53. doi:<https://doi.org/10.35626/casus.1.2017.31>
- Páucar, R. (2018). *Procrastinación académica y adicción a redes sociales en estudiantes de la Facultad de Ingeniería Agraria de una universidad privada*

- de Lima Norte. (Tesis de pregrado). Obtenido de Universidad Católica Sedes Sapientiae: <http://repositorio.ucss.edu.pe/bitstream/handle/>
- Quant, D., & Sánchez, A. (2012). Procrastinación académica: concepto e implicaciones. *Revista Vanguardia Psicológica*, Vol. 31, 45-59.
- Quant, D., & Sánchez, A. (abril-septiembre de 2012). Procrastinación, procrastinación académica: concepto e implicaciones. *Revista vanguardia psicológica*, Vol 3, 45 - 59. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4815146>
- Ramírez, E., Cuaya, I., Guzmán, M., & Rojas, J. (2021). Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en universitarios durante el confinamiento por COVID-19. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 1-12.
- Ramos, C., Jadán, J., Paredes, L., Bolaños, M., & Gómez, A. (2018). Procrastinación, adicción al internet y rendimiento académico de estudiantes universitarios ecuatorianos. *Revista Estudios Pedagógicos*, Vol. 3, 275-289. Obtenido de <https://scielo.conicyt.cl/pdf/estped/v43n3/art16.pdf>
- Rothblum, E., Solomon, L., & Murakami, J. (octubre de 2002). Affective, cognitive, and behavioral differences between high and low procrastinators. *Journal of counseling psychology*. *Journal of counseling psychology*, Vol. 33, 387 - 394. doi:10.1037 / 0022-0167.33.4.387
- Steel, P. (febrero de 2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, Vol. 133, 65 - 94. doi:10.1037 / 0033-2909.133.1.65
- Treuer, F., & Furedi, J. (2001). Internet addiction associated with features of impulse control-disorder: is it a real psychiatric disorder? *Journal of Affective Disorders*, Vol. 66, 66-98.
- Vallejos, N. (2018). *Interés a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de la provincia de Chiclayo. (Tesis de grado)*. Obtenido de Universidad Señor de Sipan: <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/5665>

- Vara, A. (2015). *7 pasos para elaborar una tesis (1ª ed.)*. Lima: Editorial Macro.
- Vargas, M. (junio de 2017). Academic procrastination: the case of mexican researchers in psychology. *American journal of education and learning*, Vol. 2, 103–120. doi:10.20448 / 804.2.2.103.120
- Vivanco, A. (junio de 2020). Teleducación en tiempos de COVID-19: brechas de desigualdad. *Revista CienciAmérica*, Vol. 9. Obtenido de <http://cienciamerica.uti.edu.ec/openjournal/index.php/uti/article/view/307/518>
- Zárate, N., Flores, P., Achoy, L., & Ramos, M. (julio-diciembre de 2020). Procrastinación Académica en Estudiantes de Medicina. *Revista Sinergias Educativas*, Vol. 5, 252-259. Obtenido de <http://sinergiaseducativas.mx/index.php/revista/article/view/135/389>
- Zarpan, B. (2018). *Adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, abril 2018. (Tesis de grado)*. Obtenido de Universidad Privada Juan Mejía Baca : [https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UMBI\\_a7e4aa42c91e51d9b77832a67f270a42/Description#tabnav](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UMBI_a7e4aa42c91e51d9b77832a67f270a42/Description#tabnav)

## ANEXOS

### Anexo 1: Instrumentos

#### Escala de Procrastinación académica (EPA)

Domínguez, Villegas y Centeno (2013)

A continuación encontrarás una serie de enunciados que hacen referencia a tu modo de estudiar. Lee cada frase y contesta según tus últimos 12 meses de tu vida como estudiante marcando con una X la alternativa que más creas conveniente.

Edad:

Sexo:

Nunca (N) Casi nunca (CN) A veces (AV) Casi siempre (S) Siempre (CS)						
Nº	Descripción	N	CN	AV	CS	S
1	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.					
2	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.					
3	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.					
4	Asisto regularmente a clase.					
5	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.					
6	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.					
7	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan.					
8	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.					
9	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.					
10	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.					
11	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.					
12	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.					

## Escala de Adicción a Redes Sociales (ARS)

Escurra y Salas (2014)

A continuación, se presentan 24 ítems referidos al uso de las redes sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existe respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas. Marque un aspa (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piensa o hace.

**Edad:**

**Sexo:**

		Nunca (N)	Rara vez (RV)	A veces (AV)	Casi siempre (S)	Siempre (CS)		
Nº	Descripción	N	RV	AV	CS	S		
1	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.							
2	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.							
3	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.							
4	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.							
5	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.							
6	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.							
7	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.							
8	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.							
9	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.							
10	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.							
11	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.							
12	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.							
13	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.							
14	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.							

15	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.					
16	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.					
17	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.					
18	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.					
19	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.					
20	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.					
21	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.					
22	Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.					
23	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).					
24	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.					

## Anexo 2: Tablas estándares

**Tabla 7**

*Prueba de Normalidad de las puntuaciones de procrastinación y adicción a redes sociales en estudiantes de una universidad de la Provincia de Chiclayo*

<b>Pruebas de normalidad</b>			
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	<b>Estadístico</b>	<b>gl</b>	<b>P</b>
<b>Procrastinación</b>	0.194	318	0.000
Autorregulación académica	0.165	318	0.000
Postergación de actividades	0.234	318	0.000
<b>Adicción a las redes sociales</b>	0.211	318	0.000
Obsesión por las redes sociales	0.216	318	0.000
Falta de control personal	0.189	318	0.000
Uso excesivo de las redes sociales	0.212	318	0.000

a. Corrección de significación de Lilliefors

**H0:** Los datos siguen una distribución normal.

### **Criterios de decisión**

Si  $p\text{-valor} < .05$ : Se rechaza la H0

Si  $p\text{-valor} > .05$ : Se acepta la H0

**Decisión estadística:** Según los resultados de normalidad, se asume que los datos tienen una distribución no normal. Por lo tanto, se acepta la H0.

**Interpretación:** El análisis de la Prueba de Normalidad según el Coeficiente de Kolmogorov Smirnov evidencia que las puntuaciones de procrastinación y adicción a las redes sociales se ajustan a la distribución no normal, demostrando un  $p\text{-valor} < .05$ , lo que permite aceptar la H0 y por tanto lleva a utilizar el estadístico no paramétrico Coeficiente Rho Spearman.

**Tabla 8**

*Matriz de consistencia*

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables
¿Existe relación entre procrastinación y adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad de la Provincia de Chiclayo?	<p>Determinar la relación entre procrastinación y adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad de la Provincia de Chiclayo</p> <p><b>Objetivos específicos</b></p> <p>Describir la relación entre la autorregulación académica y las dimensiones de adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad de la Provincia de Chiclayo</p> <p>Describir la relación entre la postergación de actividades y las</p>	<p>H1: Existe relación estadísticamente significativa entre procrastinación y adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad de la Provincia de Chiclayo</p> <hr/> <p>Ho: No existe relación estadísticamente significativa entre procrastinación y adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad de la Provincia de Chiclayo</p> <p><b>Hipótesis específicas</b></p> <p>H1: Existe relación estadísticamente significativa entre la autorregulación académica y las dimensiones de adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad de la Provincia de Chiclayo.</p> <p>Ho: No existe relación estadísticamente significativa entre la autorregulación académica y las dimensiones de adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad de la Provincia de Chiclayo.</p>	<p>V1: Procrastinación académica</p> <p>V2: Adicción a reds sociales</p>

---

dimensiones de adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad de la Provincia de Chiclayo

H1: Existe relación estadísticamente significativa entre la postergación de actividades y las dimensiones de adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad de la Provincia de Chiclayo.

Ho: No existe relación estadísticamente significativa entre la postergación de actividades y las dimensiones de adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad de la Provincia de Chiclayo.

Identificar el nivel de procrastinación en estudiantes de una universidad de la Provincia de Chiclayo

Identificar el nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad de la Provincia de Chiclayo

---

Fuente: Elaboración propia

## Anexo 3: Inventarios

### INFORME DE LAS EVIDENCIAS DE VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DE INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

#### 1.1. Ficha técnica de la Escala de Procrastinación académica (EPA)

Nombre de la Prueba:	Escala de Procrastinación académica (EPA)
Autor (a):	Busko
Procedencia:	Canadá, Lima – Perú
Administración:	Individual – Colectivo
Tiempo de aplicación:	5 a 10 minutos incluyendo las instrucciones.
Ámbito de aplicación:	Jóvenes Universitarios
Significación:	Este test está compuesto por 12 ítems. Permitiendo evaluar dos dimensiones específicas.
Adaptación en español o Latinoamérica.	Adaptación en el Perú por Domínguez, Villegas y Centeno

#### 1.2. Evidencia de validez de contenido

La evidencia de validez de contenido de la Escala de Procrastinación Académica, se realizó mediante juicio de expertos, se realizó mediante juicio de expertos, conformado por cinco expertos con trayectoria en la docencia universitaria, quienes emitieron su valoración de 1 a 4 (1= No cumple con el criterio, 2 = Bajo Nivel, = 3. Moderado nivel= 4. Alto nivel) en claridad, coherencia y relevancia. Luego se evaluó los acuerdos de las valoraciones de los jueces a través del estadígrafo de a V de Aiken, mediante la siguiente fórmula:

$$V = \frac{S}{(n(c - 1))}$$

- S = la sumatoria de si  
Si = valor asignado por el juez i  
n = número de jueces  
c = número de valores en la escala de valoración

**Tabla 9**

*Coeficiente de Aiken para la validez de contenido en claridad, relevancia y coherencia de los ítems de la Escala de Procrastinación académica (EPA).*

Áreas	Ítems	V de Aiken			Total	
		Claridad	Coherencia	Relevancia		
Autorregulación académica	2	0.80	0.80	0.80	0.80	
	3	0.80	0.80	0.80	0.80	
	4	0.80	0.75	0.80	0.78	
	5	0.95	1.00	1.00	0.98	
	8	0.95	0.95	1.00	0.97	0.92
	9	1.00	1.00	1.00	1.00	0.92
	10	0.95	1.00	1.00	0.98	
	11	0.95	1.00	1.00	0.98	
12	1.00	1.00	1.00	1.00		
Postergación de actividades	1	1.00	1.00	1.00	1.00	
	6	0.80	0.80	0.80	0.80	0.93
	7	1.00	0.95	1.00	0.98	

Nota: V: Coeficiente de Aiken

En la tabla 9 se observa que los ítems de la Escala de Procrastinación académica (EPA) presentan índice de acuerdo de Aiken en claridad y coherencia desde 0.80 a 1; y en relevancia desde 0.75 a 1; lo cual significa que dichos ítems tienen claridad, semántica y sintaxis adecuada y son importantes para ser incluidos en la escala de procrastinación academia.

**Tabla 10**

*Coeficiente de confiabilidad de la Escala de Procrastinación académica (EPA) en estudiantes de una universidad e Chiclayo, 2021*

Dimensión	N° ítems	N	M	DE	$\omega$
Procrastinación académica	12	50	3.85	0.719	.894
Postergación de actividades	3	50	2.71	1.16	.885
Autorregulación académica	9	50	4.04	6.55	.853

Nota: N: Tamaño de la muestra piloto; M: Media; DE: Desviación estándar;  $\omega$ : Omega de Mc Donald

En la tabla 10 se observa la consistencia interna de la Escala de Procrastinación académica (EPA) en estudiantes de una Universidad de Chiclayo, la cual se realizó a una prueba piloto de 50 estudiantes y el coeficiente se realizó con el Omega McDonald, donde la escala general muestra un coeficiente de ( $\omega = .894$ ), la dimensiones Postergación de actividades ( $\omega = .885$ ) y Autorregulación académica ( $\omega = .853$ ); lo cual constituye que el instrumento cuenta con evidencia de confiabilidad por consistencia interna aceptable.

## INFORME DE LAS EVIDENCIAS DE VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DE INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

### 1.1. Ficha técnica de la Escala de Procrastinación académica (EPA)

Nombre de la Prueba:	La escala de Adicción a Redes Sociales (ARS)
Autor (a):	Escurra y Salas (2014)
Procedencia:	Lima – Perú
Administración:	Individual – Colectivo
Tiempo de aplicación:	5 a 10 minutos incluyendo las instrucciones.
Ámbito de aplicación:	Jóvenes Universitarios
Significación:	Este test está compuesto por 24 ítems. Permitiendo evaluar tres dimensiones específicas.

### 1.2. Evidencia de validez de contenido

La evidencia de validez de contenido de la Escala de Adicción a Redes Sociales, se realizó mediante juicio de expertos, se realizó mediante juicio de expertos, conformado por cinco expertos con trayectoria en la docencia universitaria, quienes emitieron su valoración de 1 a 4 (1= No cumple con el criterio, 2 = Bajo Nivel, = 3. Moderado nivel= 4. Alto nivel) en claridad, coherencia y relevancia. Luego se evaluó los acuerdos de las valoraciones de los jueces a través del estadígrafo de Aiken, mediante la siguiente fórmula:

$$V = \frac{S}{(n(c - 1))}$$

- S = la sumatoria de si
- Si = valor asignado por el juez i
- n = número de jueces
- c = número de valores en la escala de valoración

**Tabla 11**

*Coeficiente de Aiken para la validez de contenido en claridad, relevancia y coherencia de los ítems de la Escala de Adicción a Redes Sociales (ARS).*

Áreas	Ítems	V de Aiken			Total
		Claridad	Coherencia	Relevancia	
Obsesión por las redes sociales	2	1.00	0.95	1.00	0.98
	3	1.00	1.00	1.00	1.00
	5	1.00	1.00	1.00	1.00
	6	1.00	1.00	1.00	1.00
	7	1.00	1.00	1.00	1.00
	13	1.00	1.00	1.00	1.00
	15	1.00	1.00	1.00	1.00
	19	1.00	0.95	1.00	0.98
	22	1.00	1.00	1.00	1.00
	23	1.00	1.00	1.00	1.00
Falta de control personal	4	1.00	1.00	1.00	1.00
	11	1.00	1.00	1.00	1.00
	12	1.00	1.00	1.00	1.00
	14	1.00	1.00	1.00	1.00
	20	1.00	1.00	1.00	1.00
	24	1.00	1.00	1.00	1.00
Uso excesivo de las redes sociales	1	1.00	1.00	1.00	1.00
	8	1.00	1.00	1.00	1.00
	9	1.00	1.00	1.00	1.00
	10	1.00	0.95	1.00	0.98
	16	1.00	1.00	1.00	1.00
	17	1.00	1.00	1.00	1.00
	18	1.00	1.00	1.00	1.00
	21	1.00	1.00	1.00	1.00

Nota: V: Coeficiente de Aiken

En la tabla 2 se observa que los ítems de la Escala de Adicción a Redes Sociales (ARS) presentan índice de acuerdo de Aiken en claridad y coherencia de 1; y en relevancia desde .95 a 1; lo cual significa que dichos ítems tienen claridad, semántica y sintaxis adecuada y son importantes para ser incluidos en la escala de adicción a redes sociales.

**Tabla 12**

*Coeficiente de confiabilidad de la Escala de Adicción a Redes Sociales (ARS) en estudiantes de una universidad de Chiclayo, 2021*

<b>Dimensión</b>	<b>N° ítems</b>	<b>N</b>	<b>M</b>	<b>DE</b>	<b><math>\omega</math></b>
Adicción a las redes sociales	24	50	2.26	0.811	.956
Falta de control	6	50	2.45	0.911	.810
Uso excesivo de las redes sociales	8	50	2.42	0.894	.895
Obsesión por las redes sociales	10	50	2.03	.789	.907

Nota: N: Tamaño de la muestra piloto; M: Media; DE: Desviación estándar;  $\omega$ : Omega de Mc Donald

En la tabla 10 se observa la consistencia interna de la Escala de Adicción a Redes Sociales (ARS) en estudiantes de una Universidad de Chiclayo, la cual se realizó a una prueba piloto de 50 estudiantes y el coeficiente se realizó con el Omega Mc Donald, donde la escala general muestra un coeficiente de ( $\omega = .956$ ), las dimensiones falta de control ( $\omega = .810$ ), uso excesivo de las redes sociales ( $\omega = .895$ ) y obsesión por las redes sociales ( $\omega = .907$ ); lo cual constituye que el instrumento cuenta con evidencia de confiabilidad por consistencia interna aceptable.

## Anexo 4:

### Documentos ilustrativos

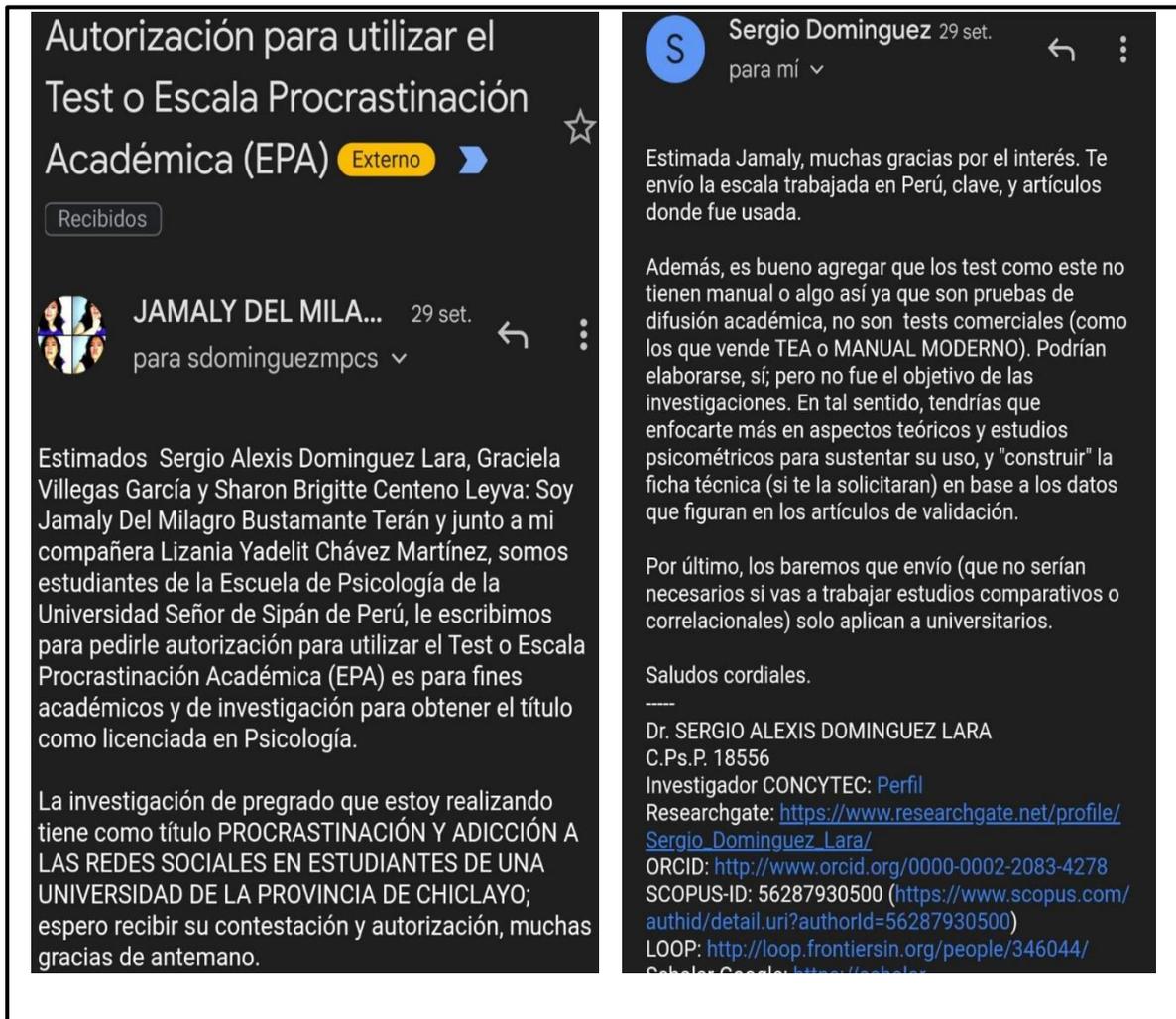


Figura 1. Autorización para utilizar el test de procrastinación académica

**Escala de Adicción a Redes Sociales (ARS)**

Continuación, se presentan 24 ítems referidos al uso de las redes sociales, por favor conteste a todos los ítems con sinceridad, no existe respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas. Marque un espacio (X) el espacio que corresponde a lo que Ud. siente, piensa o hace.

Nunca (1) Casi nunca (2) A veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)

1 - El tiempo que antes destinaba para estar conectad(a) a las redes sociales ya no me satisfizo, necesito más. \*

2 - He puesto de mal humor si no puedo conectarme a las redes sociales. \*

3 - Siento gran necesidad de permanecer conectad(a) a las redes sociales. \*

4 - Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales. \*

5 - He sentido ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales. \*

6 - Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales. \*

7 - No sé qué hacer cuando quedo desconectad(a) de las redes sociales. \*

8 - Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja. \*

9 - Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo. \*

10 - Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales. \*

11 - Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales. \*

12 - Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado. \*

13 - Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días. \*

14 - Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales. \*

15 - Pienso en lo que puedo estar pasando en las redes sociales. \*

16 - He propuesto sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales. \*

17 - Permanezco mucho tiempo conectad(a) a las redes sociales. \*

18 - Estoy atentad(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora. \*

19 - Aun cuando estoy en clase, me conecto con destino a las redes sociales. \*

20 - Descuido a mis amigos o familiares por estar conectad(a) a las redes sociales. \*

21 - He pensado en dejar de usar las redes sociales por un tiempo debido a que me causa un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso.

22 - Mi pareja, o amigos, o familiares, me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que lesto a las cosas de las redes sociales. \*

23 - Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrid(a). \*

Enviar

Este formulario se creó en UNIVERSIDAD SEÑOR DE SIPAN. [Notificar uso inapropiado](#)

Google Formulario

Página 3 de 3

Figura 4. Google Formulario de la Escala de Adicción a las Redes Sociales

## **Consentimiento informado**

El presente cuestionario forma parte del desarrollo de investigación, y pretende recabar información sobre la procrastinación académica y adicción a redes sociales. Dicha información pasará a formar parte de la base de datos para uso de la investigación, bajo la responsabilidad de las investigadoras a cargo, con fines académicos y sin fines de lucro.

Le recordamos que su participación es totalmente voluntaria, de modo que no está obligado a participar, los datos serán tratados bajo parámetros éticos de confidencialidad y en ningún momento los datos serán utilizados para otros fines descritos en el presente documento.

Está de acuerdo y haber leído el contenido del presente documento, comprendo los compromisos que asumo y los acepto. Y es por ello que firmo este consentimiento informado de manera voluntaria.

Participante