



**FACULTAD DE CIENCIA DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL  
DE TRABAJO SOCIAL**

**TESIS**

**“PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y HÁBITOS  
DE ESTUDIO EN ALUMNAS DEL VII CICLO DE LA  
I.E.P. "SAN ANTONIO ABAD", LIMA, 2022”**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADA EN TRABAJO SOCIAL**

**Autora:**

**Bach. Koochoi Romero Anapaula Gabriela**

<https://orcid.org/0000-0001-9105-4781>

**Bach. Olaya Marle Angela Katherine**

<https://orcid.org/0000-0003-1911-1360>

**Asesora:**

**Dra. Uriol Castillo Gaudy Teresa**

<https://orcid.org/0000-0003-4528-6420>

**Línea de Investigación:**

**Desarrollo Humano, Comunicación y Ciencias Jurídicas para  
enfrentar los desafíos globales**

**Sublíneas de Investigación**

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

**Pimentel – Perú**

**2024**

**“PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN ALUMNAS  
DEL VII CICLO DE LA I.E.P. "SAN ANTONIO ABAD", LIMA, 2022”**

**Aprobación del jurado**

Dra. Uriol Castillo Gaudy Teresa  
**Presidente del Jurado de Tesis**

Mg. Gonzales Montero Luz Angelica  
**Secretario del Jurado de Tesis**

Mg. Olivos Faya Jesús Martin  
**Vocal del Jurado de Tesis**

## DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD

Quienes suscriben la DECLARACIÓN JURADA, **Koochoi Romero Anapaula Gabriela y Olaya Marle Angela Katherine**, somos **egresadas** del Programa de Estudios de **Trabajo Social** de la Universidad Señor de Sipán S.A.C, declaramos bajo juramento que somos autoras del trabajo titulado:

### “PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN ALUMNAS DEL VII CICLO DE LA I.E.P. "SAN ANTONIO ABAD", LIMA, 2022”

El texto de nuestro 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, conforme a los principios y lineamientos detallados en dicho documento, en relación con las citas y referencias bibliográficas, respetando el 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:

(Koochoi Romero Anapaula Gabriela)	DNI: 72078690	
(Olaya Marle Angela Katherine)	DNI: 72227390	

Pimentel, 15 de Mayo de 2024.

# REPORTE DE SIMILITUD DE TURNITIN

Reporte de similitud

NOMBRE DEL TRABAJO

introduccion tesis koochoi y olaya (1).do  
cx

AUTOR

Angela Olaya

RECuento DE PALABRAS

14638 Words

RECuento DE CARACTERES

81679 Characters

RECuento DE PÁGINAS

57 Pages

TAMAÑO DEL ARCHIVO

336.9KB

FECHA DE ENTREGA

May 21, 2024 8:58 AM GMT-5

FECHA DEL INFORME

May 21, 2024 8:59 AM GMT-5

## ● 22% de similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos.

- 19% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 18% Base de datos de trabajos entregados
- 6% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

## ● Excluir del Reporte de Similitud

- Material bibliográfico
- Material citado
- Coincidencia baja (menos de 8 palabras)

Resumen

## AGRADECIMIENTOS

Agradezco en primer lugar a Dios por tenerme siempre con buena salud, por haberme ayudado a cumplir y a seguir cumpliendo cada uno de mis sueños y por haberme guiado en todo este camino de nuevas experiencias. Agradezco a mis padres por estar siempre conmigo y haberme apoyado desde un principio, siempre teniendo fe en mí y brindándome toda su fortaleza y amor incondicional.

*Anapaula Koochoi*

A Dios, por gozar de buena salud y llegar a este punto de lograr mis objetivos, a mis padres Giovanna y José por estar presente en mis triunfos y fracasos, a mis hermanos que día a día continuamos con el reto de superarnos, a mi bebé que esta en camino y por ser el motor de mi constante superación.

*Angela Olaya*

## **“PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN ALUMNAS DEL VII CICLO DE LA I.E.P. "SAN ANTONIO ABAD", LIMA, 2022”**

### **RESUMEN**

La procrastinación y los hábitos de estudio son aspectos que pueden cambiar a lo largo del tiempo y verse afectados por diversos factores, como transformaciones en la educación, avances tecnológicos y cambios en el estilo de vida, entre otros. Por esta razón, se llevó a cabo una investigación con el propósito de establecer la relación entre la procrastinación y los hábitos de estudio de los estudiantes del VII ciclo de la I.E.P San Antonio Abad de Lima. Cuyo objetivo es determinar la relación entre la procrastinación y hábitos de estudio de los alumnos de VII ciclo de la I.E.P San Antonio Abad, Lima 2022. El enfoque utilizado fue cuantitativo con un diseño no experimental, en concreto, un enfoque transversal de alcance descriptivo correlacional. La muestra estuvo compuesta por 63 alumnos del VII ciclo. Para recopilar la información, se utilizaron dos instrumentos: la Escala de Procrastinación Académica (EPA) adaptada por Busko en 2010 y el Inventario de Hábitos de Estudio revisado por Vicuña a fines de los años 90. Estos datos se procesaron utilizando la última versión del software IBM SPSS Statistics 26. Los resultados mostraron que la correlación entre la procrastinación académica y los hábitos de estudio fue de -0,007. El valor de significancia (Sig.) bilateral fue de 0,954, lo que indica que esta correlación no es estadísticamente significativa. En conclusión, de acuerdo con estos resultados, no se encontró una relación significativa entre la procrastinación académica y los hábitos de estudio en esta muestra específica.

**Palabras Clave:** Procrastinación académica, hábitos de estudio, estudiantes.

## ABSTRACT

Procrastination and study habits are aspects that can change over time and be affected by various factors, such as transformations in education, technological advances and changes in lifestyle, among others. For this reason, an investigation was carried out with the purpose of establishing the relationship between procrastination and the study habits of the students of the VII cycle of the I.E.P San Antonio Abad de Lima. The objective of which to determine the relationship between procrastination and study habits of students in the VII cycle of the I.E.P San Antonio Abad, Lima 2022. The approach used was quantitative with a non-experimental design, specifically, a cross-sectional approach with a correlational descriptive scope. The sample was made up of 63 students from the VII cycle. To collect the information, two instruments were used: the Academic Procrastination Scale (EPA) adapted by Busko in 2010 and the Study Habits Inventory revised by Vicuña in the late 90s. These data were processed using the latest version of the software. . IBM SPSS Statistics 26. The results showed that the trade-off between academic procrastination and study habits was -0.007. The two-sided significance (Sig.) value was 0.954, indicating that this evaluation is not statistically significant. In conclusion, according to these results, no significant relationship was found between academic procrastination and study habits in this specific sample.

**Keywords:** Academic procrastination, study habits, students.

## ÍNDICE

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD .....	3
REPORTE DE SIMILITUD DE TURNITIN.....	3
APROBACIÓN DEL JURADO.....	
AGRADECIMIENTOS .....	5
RESUMEN.....	6
ABSTRACT.....	7
I. INTRODUCCIÓN .....	10
1.1 Realidad Problemática.....	10
1.2. Antecedentes de estudio .....	13
1.3. Teorías relacionadas al tema.....	20
1.3.1. <i>Procrastinación Académica</i> .....	20
1.3.2. <i>Hábitos de estudio</i> .....	26
1.4. Formulación del problema .....	31
1.5. Justificación e importancia del estudio.....	31
1.6. Hipótesis.....	33
1.7. Objetivos .....	33
II. MATERIAL Y MÉTODO .....	34
2.1. Tipo y diseño de investigación.....	34
2.2. Población y muestra .....	35
2.3. Variables y operacionalización .....	36
2.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad. ....	39
2.5. Procedimiento de análisis de datos .....	43
2.6. Criterios éticos.....	44
2.6.1 <i>Criterios éticos en la investigación</i> .....	45
2.6.2 <i>Principios del consentimiento informado</i> .....	46
2.7. Criterios de Rigor Científico .....	46
III. RESULTADOS.....	48
3.1. Resultados en Tablas y Figuras .....	48
3.2. Discusión de resultados.....	61
IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....	64
4.1. Conclusiones.....	64
4.2. Recomendaciones.....	65
REFERENCIAS .....	67



## I. INTRODUCCIÓN

### 1.1 Realidad Problemática.

El estilo de vida estudiantil en el colegio, se caracteriza por ser una etapa sumamente importante para desempeñar cierta influencia en los adolescentes a causa de las exigencias académicas. Esta vivencia significa, para los alumnos, aceptar o despreciar ciertos comportamientos a la realidad; teniendo en cuenta que los hábitos y/o técnicas que prefieran y adopten determinará el triunfo o derrota escolar.

Por otra parte, en los países de América anglosajona se estimó que el 80% y el 95% de los aprendices admiten una costumbre procrastinadora en cierta eventualidad; además, el 75% se discierne como procrastinador y el 50% alarga frecuentemente su inversión en el aprendizaje (Garzon & Gil, 2017, p.2).

Como se sabe, la procrastinación, tiene relación con aplazar o prorrogar de forma deliberada ciertas actividades, generando malestar a posteriori en el individuo a consecuencia de su postergación. Esta realidad no es ajena en el ámbito académico de Perú, donde la cantidad de procrastinación ha demostrado que es sutilmente preeminente, por ello, cabe señalar que existe entre un 66% y 67% de alumnos que evidencian ciertos niveles moderados de lo que es procrastinación académica en la metrópolis de la ciudad de Lima y Arequipa (Robado & Rojas, 2018); a diferencia de la realidad local, que se ha descubierto entre un 44% a 46.8% de alumnos que van a la universidad mostrando escalas moderadas de procrastinación académica (Fernandez & Quevedo, 2018).

En la actualidad, los seguidos cambios obligan a la sociedad actualizada a impulsar a los individuos a obtener novedosas competencias particulares. No obstante, la vivencia profesional, posibilita mirar incluso en las horas académicas, dado que un número bastante importante de alumnos al pensar qué significa aprender, aprenden lo que muestra el instructor o un libro; o sea, no conocen las maneras correctas de cómo aprender pues la principal razón es que están aguerridos a los pedagogos y prefieren mil veces que se les dicten y se les

facilite preguntas sólo para retener información de manera sencilla y sin hacer algún esfuerzo o ejercicio de meditación en ello. Lo cual podría provocar la procrastinación académica, gracias a la continuidad de la conformidad que se les da en clase.

Otras de las realidades, es que muchos estudiantes prefieren estudiar momentos antes de presentar un examen, tienen desinterés por el estudio, no hay cosa alguna que los motive más que solo aprobar con la mínima nota, y realizan las actividades sin saber si está correcto o incorrecto, esto es una realidad que se ve a diario en la actualidad en la mayoría de alumnos, son pocos los chicos que si toman en serio sus estudios y tratan siempre de sobresalir pero esto es algo que deberían tener todos los estudiantes y no solo unos cuantos.

Así mismo, otras de las problemáticas en el hogar, algunos alumnos no cuentan con un espacio apropiado para poner en práctica sus labores académicas, motivo que podría generar diversos malos hábitos de estudio, situación que pone en relieve la procrastinación académica que se puede definir como la falta de autorregulación, especialmente, como la disposición natural de ciertos alumnos al evitar una tarea que necesariamente la deben hacer y justamente por ese desinterés en sus estudios se muestran en un futuro, efectos negativos en su vida académica.

Por ello, Natividad (2014), expone que actualmente es de suma importancia abordar este asunto debido a que en las estadísticas nos muestran cifras inquietantes; donde resulta que entre el 80% y 95% de los educandos tanto de colegios como de universidades aplazan sus actividades académicas y deberes; inclusive no solo lo realizan en el campo educativo sino que además en su vida cotidiana, pero el 70% de la población identificada con esta problemática tiene como objetivo mejorar este comportamiento (p.41). Vale recalcar, que existen diversos estudios que han llegado a la conclusión que este comportamiento se encuentra relacionado con la autoestima, el temor a fracasar, una muy disminuida seguridad, en algunos casos presenta periodos de ansiedad, entre otros problemas.

Es necesario reflexionar que esta clase de comportamientos, es una falta de respeto para el desarrollo de la persona misma, que a su vez sin darse cuenta, se puede afectar

integralmente. Este es un tema que no se debería tomar a la ligera, puesto que al postergar cualquier labor como nuestros estudios, perderemos esa idea principal que desde un principio nos hemos planteado para poder llegar a la meta de triunfar y no solo por tener buenas notas en la escuela, sino también por ejercer una carrera universitaria que nos será de mucha utilidad en el futuro.

Se ha informado que aproximadamente del 20% al 25% de los residentes de América Latina son procrastinadores crónicos, según un estudio realizado por Díaz en 2019. En tanto, la Organización de la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE) publicó un informe donde revela ciertos resultados de la prueba PISA 2018, donde Perú participó junto con otros 79 países, incluyendo 10 naciones latinoamericanas. En dicha evaluación, el país obtuvo un puntaje del 60,3% en Matemáticas, 54,5% en Ciencias y 54,4% en Lectura. A pesar de estas cifras, es importante destacar que Perú continúa mostrando el mayor crecimiento histórico en Matemáticas, Ciencias y Lectura entre algunos países de Latinoamérica.

Por el año 2015, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) llegó a una conclusión donde el 33% de niños posee una comprensión adecuada de la lectura, mientras que solo el 16,8% tiene un dominio completo de las matemáticas. Esta situación puede ser atribuida a una falta de hábitos de estudio adecuados. Es importante destacar que este problema no es nuevo, ya que Perú ha estado enfrentando una crisis educativa durante varios años. Para la mayoría de las personas, la escases de hábitos para el estudio apropiados es la causa de esta problemática.

La no comprensión de lectura y el bajo rendimiento en matemáticas son resultados preocupantes que han sido respaldados por UNICEF en su informe de 2015. Es probable que esta realidad esté directamente relacionada con la falta de hábitos de estudio efectivos. Esta situación no es algo reciente, ya que Perú ha venido experimentando dificultades en su sistema educativo desde hace algún tiempo.

En general, se considera que la escases de hábitos de estudio aplicados adecuadamente es una de las principales causales detrás de las deficiencias en la

comprensión de lectura y el dominio de las matemáticas en los estudiantes peruanos. Es fundamental abordar esta problemática y promover la relevancia de establecer rutinas de estudio efectivas para mejorar el rendimiento educativo en el país.

Los estudiantes que actualmente cursan los grados del tercero al quinto año de la educación secundaria en la IEP San Antonio Abad de Lima no son ajenos a esta situación. Han alcanzado un nivel de madurez que les permite comprender las habilidades, competencias e intelecto que poseen para aplicar en sus materias de estudio. A su vez, están contrarrestando prácticas perjudiciales como la entrega tardía y deficiente de trabajos. Además, estos alumnos han logrado desarrollar cierto nivel de sensibilidad, lo que les ha permitido reflexionar sobre diferentes aspectos de la vida.

## **1.2. Antecedentes de estudio**

Para desarrollar nuestra investigación, hemos revisado varias fuentes bibliográficas relacionadas con nuestra idea de estudio. Ahora, se mencionará algunas investigaciones de procedencia internacional, nacional y local.

### **Estudios internacionales**

Medina, et al (2023), en el propósito de su estudio de investigación analizaron la relación entre la motivación académica y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad en Guayaquil durante el año 2020. Este estudio se enmarca en la investigación básica y utiliza un enfoque cuantitativo, empleando un diseño no experimental. de tipo transversal y correlacional. La muestra de participantes consistió en 228 estudiantes de ambos géneros de una universidad en Guayaquil, seleccionados de manera intencional y no probabilística. La recopilación de datos se llevó a cabo a través de formularios en línea, utilizando la Escala de Motivación Académica (EMA) desarrollada por Vallerand y otros en 1989, validada y aplicada en Argentina por López en 2008, la cual consta de 28 ítems. Además, se utilizó la Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko, validada y aplicada en Ecuador por Moreta y Durán en 2017. Los resultados del estudio señalan una

relación significativa y moderada ( $Rho = .454$ ;  $p < .01$ ) entre la motivación académica y la procrastinación académica. En relación a los niveles de motivación académica, se encontró un predominio de niveles altos tanto para las motivaciones intrínsecas (92%) como extrínsecas (85%), mientras que para la desmotivación predominó el nivel bajo con un 68%. En cuanto a la autorregulación académica, se identificó una predominancia de nivel alto (82%), mientras que para la procrastinación académica, el nivel bajo fue predominante (40%) en la postergación de actividades.

Yáñez y Cazar (2022), en su investigación, tuvieron como propósito examinar cómo los hábitos de estudio influyen en el desempeño académico en el área de Ciencias Naturales en el Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa "Galo Vela Álvarez" en el Distrito Metropolitano de Quito durante el período 2021-2022. Este estudio se llevó a cabo utilizando un enfoque socioeducativo dentro del paradigma cualicuantitativo. Se empleó un diseño descriptivo, no experimental, de tipo transversal y exploratorio. La estrategia de investigación utilizada fue la correlación, y se llevó a cabo una investigación documental y de campo. La población objetivo consistió en 88 estudiantes de Bachillerato General Unificado, junto con 2 docentes del área de Ciencias Naturales y 1 experto en psicología educativa, lo que resulta en un total de 91 individuos en la población. Para recopilar datos, se utilizaron entrevistas y encuestas con sus respectivos instrumentos, mientras que para evaluar el rendimiento académico.

En su estudio titulado "Procrastinación Académica en Estudiantes de Medicina", Zárate, Flores, Achoy y Ramos (2020) se propusieron evaluar la procrastinación académica en esta población. La investigación se llevó a cabo de manera no experimental, observacional, cuantitativa y descriptiva, utilizando la escala de procrastinación académica como instrumento de medición con un grupo de 707 estudiantes. Los resultados mostraron que el 35,05% de los alumnos admitió haber procrastinado en algún momento. Estos datos sugieren una consecuencia entre ambas variables.

En su tesis titulada "Procrastinación en alumnos universitarios y su relación con la edad y el curso académico", Rodríguez y Clariana (2017) se propusieron demostrar la interacción entre las variables de procrastinación académica, curso académico y edad del estudiante. La investigación se llevó a cabo utilizando un enfoque descriptivo y correlacional, con un diseño factorial. La muestra consistió en 105 estudiantes universitarios a quienes se les administró el test correspondiente. Al finalizar el estudio, se obtuvieron los siguientes resultados: se encontró que el grado de procrastinación depende más de la edad del estudiante que del curso académico. además, se muestra de manera significativa que los estudiantes procrastinadores menores de 25 años tienen un grado moderado-alto de procrastinación en comparación con aquellos de mayor edad. En cuanto a la relación con el estudio actual, ambas investigaciones abordan la variable de procrastinación y comparten un enfoque descriptivo correlacional.

### **Estudios nacionales**

Varas (2023) tuvo como propósito principal en su investigación el analizar la asociación entre la procrastinación académica y los patrones de estudio en estudiantes universitarios de una institución privada en Lima. Se llevó a cabo una revisión de investigaciones previas y se empleó un enfoque cuantitativo con un diseño de investigación básica. El diseño adoptado fue no experimental de corte transversal, específicamente de nivel descriptivo correlacional simple, y se aplicó el método hipotético deductivo. Para la selección de la muestra, se utilizó un método de muestreo probabilístico, y se incluyeron 169 estudiantes universitarios de la institución privada en cuestión. Para evaluar la variable de procrastinación, se aplicó la "Escala de Procrastinación Académica" desarrollada por Busko en 1998. En cuanto a la variable de hábitos de estudio, se empleó el "Inventario de Hábitos de Estudio" diseñado por Gilbert Wrenn. Los resultados del estudio indicaron una relación negativa moderada (-0.463) entre la procrastinación académica y los hábitos de estudio de los estudiantes universitarios de la institución privada en Lima. Esto significa que a medida que los estudiantes procrastinan más, sus hábitos de estudio tienden a ser menos efectivos.

En consecuencia, se rechazó la hipótesis nula y se aceptó la hipótesis de investigación, que sostenía la existencia de una relación entre ambas variables.

En su estudio titulado "Hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes universitarios en Lima", Cordova y Alarcon (2019) se propusieron establecer las conexiones entre ambas variables. El tipo de investigación utilizada fue cuantitativa, correlacional y transversal. La población objetivo consistió en 239 estudiantes. Para recopilar datos, se utilizó la escala EPA y el inventario casm-85 como herramientas de medición. Los resultados obtenidos indicaron que no existe una interacción significativa entre las dos variables ( $p=0,7$ ). Sin embargo, se encontró una coincidencia entre la dimensión de preparación de exámenes y la postergación de actividades, así como entre la dimensión de forma de escuchar y la autorregulación académica ( $p=0,05$ ). Se puede observar que esta investigación es la que tiene un nivel más alto de relación, ya que tanto esa investigación como la que está en curso, comparten las mismas variables, los mismos instrumentos y las mismas dimensiones.

En la investigación de Duda (2018), "Procrastinación académica en estudiantes de ingeniería de una universidad privada en Lima", su propósito consistió en comprender la procrastinación académica desde la perspectiva de estudiantes que asisten a una universidad privada en Lima. Se empleó una metodología cualitativa que implicó la realización de entrevistas semi-estructuradas a un grupo de diez estudiantes. Las bases teóricas que sustentaron el estudio fueron la teoría de las funciones ejecutivas propuesta por Barkley y la teoría de la autoeficacia desarrollada por Bandura. Los hallazgos del estudio indican que los estudiantes experimentan dificultades en estos aspectos, lo que los lleva a procrastinar sus responsabilidades académicas. Además, se controlará que se distraen frecuentemente debido al uso de la tecnología y experimentan niveles de ansiedad y estrés.

En su estudio de investigación, Quiroz y Valverde (2017) se propusieron identificar la conexión entre la "Procrastinación Académica e Inteligencia Emocional" en estudiantes de la Universidad Católica de Santa María. Este estudio involucró a 353 estudiantes del primer ciclo pertenecientes a las facultades de ciencias sociales, humanidades y ciencias e ingenierías

físicas. Los resultados revelaron una relación negativa y estadísticamente significativa entre la procrastinación académica y la inteligencia emocional. Además, no se encontraron diferencias significativas en cuanto al género y la facultad de estudios en relación con los temas investigados.

En su estudio titulado "Procrastinación académica en adolescentes del distrito Víctor Larco Herrera, Trujillo", Guevara (2017) investigó el nivel de retraso en el aprendizaje de los jóvenes. El enfoque de la investigación fue cuantitativo, con un diseño no experimental y descriptivo. La muestra consistió en 377 adolescentes de ambos sexos, con edades comprendidas entre los 13 y 18 años, seleccionados a través de un muestreo no probabilístico. Para recopilar los datos, se utilizó la Escala de Procrastinación Académica de Álvarez (2010). Los resultados del estudio mostraron que el grado de procrastinación académica en los estudiantes fue promedio, indicando un nivel elevado de postergación en el aprendizaje. Además, se encontró una diferencia significativa de género, donde los estudiantes masculinos mostraron niveles más altos de procrastinación en comparación con sus contrapartes femeninas. En conclusión, se confirmó que existe un nivel promedio de procrastinación académica, pero es más notable en los estudiantes masculinos que en las estudiantes femeninas, y así se relaciona con el estudio en curso por el uso del mismo instrumento que es la escala de procrastinación académica, de igual manera se relaciona por compartir el mismo tipo y diseño de investigación.

### **Estudios Locales**

Becerra (2022), identificó la relación entre los hábitos de estudio y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la institución educativa privada George Butler en Chiclayo durante el año 2022. El diseño de investigación utilizado fue de naturaleza aplicada y no experimental, con un enfoque transversal y un alcance correlacional. La muestra estuvo compuesta por 70 estudiantes que abarcaban desde primero hasta quinto año. Los instrumentos de medición empleados en este estudio incluyeron el IHE (Inventario de Hábitos de Estudio) con 53 ítems y un cuestionario de procrastinación académica con 20 ítems, que

demonstraron una confiabilidad de 0.817. Los resultados del análisis revelaron una correlación inversa significativa entre las variables estudiadas ( $\rho: -.750; p < 0.05$ ), lo que sugiere que a medida que aumenta la procrastinación académica, los hábitos de estudio tienden a ser menos efectivos. Como conclusión, se puede inferir que la procrastinación académica surge debido a que los estudiantes postergan sus tareas hasta el último momento y se ven afectados por diversas distracciones, lo que incide en niveles más altos de procrastinación.

Chanamé (2020), su propósito, en su investigación, consiste en establecer la conexión entre los niveles de demora en tareas académicas y los patrones de estudio en estudiantes de una institución universitaria privada ubicada en la ciudad de Chiclayo. La muestra abarcó a 324 alumnos, cuyas edades oscilaron entre 16 y 18 años, con una media de 17 años y una desviación estándar de 0,738. De estos, el 51,9% eran de sexo masculino. Para llevar a cabo el estudio, se emplearon dos herramientas de medición: la "Escala de Procrastinación Académica (EPA)" diseñada por Busko y el "Inventario de Hábitos de Estudio (CASM-85 R-2014)" desarrollado por Vicuña. Los resultados del estudio indican una relación inversa entre la procrastinación académica y los hábitos de estudio en la muestra analizada. Específicamente, se encontró que las dimensiones de autorregulación académica y aplazamiento de actividades dentro de la procrastinación están correlacionadas negativamente con los hábitos de estudio. En cuanto a la procrastinación académica, predominan los niveles medios, mientras que, en los hábitos de estudio, prevalecen los niveles positivos. En resumen, se puede concluir que la procrastinación académica tiende a ser baja cuando los estudiantes han desarrollado hábitos de estudio sólidos.

Coronado (2020), tuvo en su estudio de investigación, como objetivo determinar si existe una compensación entre las variables de Procrastinación Académica y Hábitos de Estudio. La investigación se llevó a cabo en la ciudad de Chiclayo, Perú, y la muestra se compuso de 91 estudiantes. Para recopilar datos, se utilizaron dos instrumentos: la Escala de Procrastinación Académica desarrollada por Villegas en 2016 y el Inventario de Hábitos de Estudio (CASM-85) creado por Vicuña en 1985. Se concluye que mejorar los hábitos de

estudio en los estudiantes puede reducir de manera considerable la procrastinación. En consecuencia, la hipótesis planteada se respalda, reafirmando así la relación entre ambas variables de estudio.

En su investigación titulada "Procrastinación, creencias irracionales/racionales académicas y rendimiento académico en estudiantes de Beca 18 de una institución privada de Lima", Manzanares (2018) produjo una muestra no probabilística intencional para trabajar con una muestra de 289 alumnos becados de una universidad privada. En el estudio, se utilizó la escala de procrastinación académica como instrumento para medir la variable de procrastinación y la escala de creencias racionales académicas para la segunda variable del estudio. Los resultados finales revelaron que una mayor racionalidad en la creencia relacionada con los hábitos de trabajo se asoció significativamente con la postergación de actividades y la autorregulación académica. Es importante destacar que este estudio comparte el mismo instrumento, la escala de procrastinación académica, con la investigación actual, que también se utiliza para medir la variable de procrastinación.

En su estudio titulado "Inteligencia emocional y procrastinación académica en estudiantes del quinto grado de secundaria de una institución educativa estatal de San Juan de Lurigancho - 2018", Obregon (2018) se puede analizar la relación entre la inteligencia emocional y la procrastinación académica en alumnos de quinto grado de secundaria de un colegio estatal en el distrito de San Juan de Lurigancho en Lima. El estudio tuvo un enfoque descriptivo correlacional y logró un diseño cuantitativo no experimental. La muestra consistió en 102 estudiantes, y se utilizaron dos instrumentos para medir las variables: la escala de procrastinación académica para la variable de procrastinación y un cuestionario para la variable de inteligencia emocional. Los resultados mostraron una relación negativa entre ambas variables. Además, se demostró que el 47,1% de los estudiantes visibles que la procrastinación se encuentra en un nivel promedio, es decir, ni muy alto ni muy bajo. En relación al estudio actual, esta investigación comparte el mismo instrumento de medición, la

escala de procrastinación académica, para la variable de procrastinación. También comparten la misma población de estudio, que son estudiantes de nivel secundario.

### **1.3. Teorías relacionadas al tema**

Esta sección, definirá las variables de Procrastinación académica y hábitos de estudio, que son el enfoque principal de esta investigación

#### **1.3.1. *Procrastinación Académica***

##### **a) Teoría de la Motivación Temporal**

Propuesta por Steel y König en el año 2006, se postula que la iniciativa que impulsa la realización de una acción va acorde a las expectativas de resultado y el tamaño de la recompensa o el valor de la meta que se desea alcanzar; no obstante, dicha expectativa iría en decrecimiento a medida que se prolonga el tiempo, es decir, cuando la obtención de los resultados se extiende y se aumenta la impulsividad, dado que, las tentaciones inmediatas resultan más dominantes que las gratificaciones distantes; aplicado a la aparición de la procrastinación académica, esta ocurriría cuando se está frente a una actividad cuyas recompensas están en un futuro lejano (Svartdal et al., 2020).

Desde esta teoría se entiende que, el componente de importancia recae en el tiempo como factor motivacional principal y el impacto provocado en la persona al conocer los plazos de asignación para el desarrollo de las tareas particulares, de esta manera, la percepción de utilidad o beneficio de una tarea irá en aumento cuando se esté más próximo a la fecha de entrega (Agbade & Ashibekong, 2021) Un estudiante suspende la ejecución de una tarea de aprendizaje cuando las metas son a largo plazo prefiriendo dar prioridad a aquellas metas disponibles a corto plazo, a medida que se esté más próximo a la fecha límite de la entrega de una tarea o actividad la tendencia a la procrastinación irá en disminución. Así mismo, las tareas de aprendizaje que son percibidas como agradables tienen mayor probabilidad de ser atendidas con menor tiempo de espera (Nungari et al., 2022).

Dentro de esta teoría también se toma en consideración aspectos propios de la personalidad de los sujetos, por un lado, aquellos que manifiestan desprecio a la realización de tareas y procrastinan sus actividades, tienden a presentar una dificultad en la autorregulación; por otra parte, los no procrastinadores poseen características positivas como una alta autoeficacia y autoestima (Ibrahim et al., 2022). De manera que, cuando mayor confianza se tenga uno mismo respecto a la propia capacidad para obtener el resultado esperado (expectativa) y se atribuya una alta valoración de dicha meta, menos probabilidades habrá de posponer las tareas (Miyake & Kane, 2022).

### **b) Modelos explicativos**

A continuación, se presentarán los modelos que se muestran en la variable de procrastinación:

**a. El psicodinámico.** Se dice que la procrastinación nace en la niñez; ya que en este periodo cumple un rol bastante crucial en el progreso del carácter de todas las personas y la persuasión de los métodos (Rodríguez, et al. 2020).

**b. Modelo Motivacional.** Establece que la motivación es lo más importante en nuestra vida y es una característica que podemos cambiar si una persona exhibe un comportamiento que está relacionado con el logro de una meta establecida y así alcanzar el éxito. Nosotros como personas tenemos que elegir entre dos opciones: triunfar o tener miedo al fracaso, porque según la decisión que tomemos, eso se verá plasmado en nuestro futuro y este dependerá en gran medida de la decisión de este momento.

**c. Modelo Conductual.** el comportamiento es mantenido y a la vez fortificado. Las personas que procrastinan son retroalimentadas por el simple hecho de haber obtenido un triunfo en distintas áreas donde han sido participantes, pero a su vez, de alguna manera pudieron salir afectados por factores externos y no por empeñarse por sí mismos y por sus ganas de sobresalir. En un estudio realizado por Steel y Klingsieck (2019), se señala que "el Modelo Conductual ha sido útil en el desarrollo de investigación basado en el refuerzo y la

programación de contingencias para abordar la procrastinación académica y promover una mayor autorregulación en los estudiantes".

**d. Modelo Cognitivo.** Proyecta que las personas procrastinadoras, pasan por un crecimiento de búsqueda con un mal funcionamiento que corresponde a recopilaciones mentales impertinentes y no adecuados al espacio, generando que se consideren insuficientes de corresponder a un entorno social, la cual las personas que procrastinan son reflexivas en base a su comportamiento (Wolters, citado en Ayala, 2020).

**e. Modelo de Steel (2016).** La procrastinación se comprende como la consecuencia de variados factores de la persona por encima de una actividad concreta.

**f. Modelo cognitivo-conductual.** La hipótesis menciona que nuestra mente fabrica las emociones, por ende, los autores declaran que las convicciones insensatas no ayudan a conseguir nuevos objetivos, y justamente por eso, causa que los estudiantes universitarios procrastinen y tomen a la ligera sus actividades (Natividad, 2014).

### **c) Marco conceptual**

La procrastinación, definida como el acto de postergar tareas o actividades importantes, ha sido un fenómeno humano desde tiempos antiguos. Su estudio se ha desarrollado a lo largo de la historia y ha sido abordado desde diversas perspectivas. Por ejemplo, desde la antigüedad, filósofos como Sócrates y Aristóteles reflexionaron sobre la naturaleza de la dilatación. Aristóteles, por ejemplo, discutía la "akrasia", la falta de autocontrol para hacer lo que uno sabe que es mejor, un concepto que puede relacionarse con la procrastinación (Oriol, 2014). Por otro lado, el avance en la psicología moderna a partir del siglo XIX permitió un análisis más profundo del comportamiento humano, incluida la procrastinación. Sigmund Freud, en su teoría del psicoanálisis, exploró la "pulsión de muerte" y la "represión", conceptos que podrían asociarse con la procrastinación como mecanismos psicológicos (Barber & Solomonov, 2016). En el siglo XX, la psicología cognitiva y la neurociencia brindaron nuevos enfoques para comprender la procrastinación. Estudios

actuales exploran la relación entre la procrastinación y la toma de decisiones, así como la influencia de la estructura temporal del cerebro en este comportamiento (Gomez, 2021).

Además, la era digital y la constante conectividad han introducido nuevos desafíos en la lucha contra la procrastinación, con la abundancia de distracciones en línea y la dificultad para mantener el enfoque en las tareas.

El término “procrastinación” proviene del latín “procrastināre” que suele significar “postergar hasta mañana”. No obstante, es más que aplazar intencionalmente. La procrastinación además proviene del vocablo griego antiguo “akrasia”, hacer algo en contra del juicio que ya de por sí lo tenemos bien plantado (Schouwenburg, citado por Alegre, 2014, p. 63)

Dicha autoconciencia es una pieza esencial para comprender el por qué procrastinar es tan malo para nosotros. Sin darnos cuenta, cuando procrastinamos, no solo somos conscientes de que estamos evitando las actividades planteadas, sino, también no nos damos cuenta de que es un mal hábito para nosotros como personas y pensamos a la vez que no afectará nuestro futuro más adelante, simplemente lo hacemos porque como mal hábito pensamos que no es importante, pero aún así lo hacemos porque sí o sí es algo que se debe cumplir, sin importar el tiempo que le prestemos.

La procrastinación académica más que nada consiste en aplazar las tareas académicas. Es una manifestación que parece introducir variados aspectos, entre ellos están los afectivos, cognitivos y conductuales (Vargas, 2017).

Cuando se trata de hablar de la procrastinación académica, podemos decir que es un periodo muy importante en las personas, especialmente en los alumnos por lo que ellos están comenzando una nueva etapa que es la vida universitaria, la cual abarca muchos acomodamientos, ya sean propios, familiares o sociales y esto es a causa de las actividades que crean los institutos o universidades en donde los alumnos emplean variados desafíos,

como por ejemplo se vuelven más independientes, tratan de controlarse mejor hablando del lado emocional, tratan de exigirse aún más académicamente, van explorando y conociendo más sus habilidades y destrezas personales, académicas, sociales e inclusive familiares, etc. (Escobar y Corzo, 2018).

Sin embargo, se podría decir que hay un grupo promedio que tiene esa escasez de personalidades; es decir, actúan tal cual sin importar si entraron a una universidad, prefieren quedarse con las habilidades que tienen y no tratan de sobresalir, pero ellos sin pensarlo podrían llegar al límite de procrastinar sin darse cuenta que al haciendo eso, obtendrán una desilusión académica que podrían afectarlos más adelante y eso es algo que sí o sí se debe evitar por el bien de los futuros profesionales para que puedan llegar a tener el éxito que tanto han deseado.

La procrastinación es definida como la acción que presenta la persona en aplazar una actividad ya planteada que tiene como perspicacia poder alcanzar un objetivo o una meta, de alguna u otra manera, esto se puede dar en varias situaciones de cada persona, sin importar dónde, así sea en el entorno general o académico, esto posteriormente, es inevitable de distinguir, ya que incluye tanto al desempeño como al aprendizaje del estudiante.

Cuando hablamos de procrastinar trabajos académicos se podría entender como aplazamiento de tareas por hacer, inclusive excederse los límites fugaces ya plasmados, a pesar de tener todo el conocimiento que se necesita para realizar alguna actividad, sería lo más conveniente realizar dichas tareas en el tiempo que ya se había acordado desde un principio. Esta demora se conoce como procrastinación cuando va anexado o vinculado a secuelas negativas para las personas que lo ejecutan (Rozenal y Carlbrin, 2014).

El fenómeno de la procrastinación se observa en diversas esferas de la vida moderna, lo que conlleva a que las personas se vean obligadas a lidiar con múltiples tareas pequeñas y llevar vidas apresuradas y agotadas. En el marco de este proyecto, se consideran las dimensiones e indicadores de la procrastinación académica propuestos por los autores de la

Escala de Procrastinación Académica (EPA) (Busko, 1998) para evaluar las variables relacionadas con la postergación en el ámbito académico. Estos enfoques fueron desarrollados posteriormente por Álvarez (2010), ampliados por Domínguez, et al. (2014) y, finalmente, ampliados aún más por Domínguez (2016).

La procrastinación evidencia dos aspectos principales: el primero es autorregulación académica, que se entiende como el proceso dinámico en el que los estudiantes fundamentan metas y objetivos relacionados con su aprendizaje, y tienen una estructura de tiempo y una programación de actividades para alcanzar esas metas. El segundo aspecto es la postergación de actividades, que implica posponer las tareas a realizar (Dominguez, et al., 2014).

Este estudio se basa en modelos conductuales y cognitivos, donde Busko desarrolló la escala de procrastinación de aprendizaje (EPA), a fines de los años 90, que consecuentemente fue adecuada por Alvarez en nuestra sociedad.

### **Elementos de exposición:**

Con base en esta investigación Steel nos menciona 4 incentivos para la procrastinación (Steel, 2016):

**a) Expectativa.** Este factor incluye la forma en que se tomarán las acciones.

**b) Valoración.** La evaluación de diferentes actividades, a las que se les da más atención que a otras, donde lo que se dice se basa en la evaluación y estudio de factores: tiempo y herramientas, el objetivo principal muy importante es el logro de la “recompensa” y cómo Intenta conseguirlo sin demasiado trabajo y en menos tiempo.

**c) Impulsividad.** Se muestran personas que no están interesadas en una determinada actividad y carecen de motivación.

**d) Demora en la satisfacción.** Un componente relacionado con el período de respuesta y diferentes recompensas por repetir tal actitud; Las personas que posponen las cosas encuentran que las consecuencias o los resultados inmediatos son más satisfactorios que los tardíos.

Por último, la procrastinación académica es un desafío común que enfrentan muchos estudiantes. La necesidad de afrontar adecuadamente este problema se hace evidente al considerar cómo afecta negativamente lo que es rendimiento académico y el bienestar emocional. Al comprender las causas subyacentes y desarrollar estrategias de autorregulación, los estudiantes pueden superar la procrastinación y lograr un aprendizaje más efectivo y una mayor satisfacción personal en su experiencia académica.

### **1.3.2. Hábitos de estudio**

#### **a) Teoría de la conducta planificada**

Propuesta por Ajzen en 1991, a través de esta se busca dar explicación a los patrones de comportamiento de una persona, entendiendo que, estos estarían determinados por un conjunto de aspectos que se ponen en valoración a fin de que se vaya moldeando un comportamiento (Hua, 2022). Esta teoría parte desde la premisa de que la generación de un comportamiento tiene una razón causal a partir del producto de una evaluación racional respecto a las consecuencias desencadenantes de dicho comportamiento y de la percepción de controlabilidad, en donde intervienen cuatro factores, la actitud hacia la conducta, las normas subjetivas y el control conductual percibido (Chen et al., 2022).

Las evaluaciones de las creencias ayudan a determinar la intención de un individuo de participar en un comportamiento determinado, para esto se ponen en manifiesto diferentes creencias, las primeras son del tipo conductual y están ligadas a las ideas de si el comportamiento dará resultados positivos o negativos, de manera que, la emisión del comportamiento se determinará con base en si se cree que este será bueno o malo para la

persona; después se tiene a las creencias normativas, referido a las expectativas de los demás respecto a dicho comportamiento y la disposición para ajustarse a dicho estándar social, en este aspecto las personas ante la presión social pueden animarse como abstenerse a realizar una conducta; por último, las creencias de control, están ligadas a la percepción del sujeto sobre la influencia que tiene sobre los factores que están relacionados con el comportamiento (Burns et al., 2018).

Desde esta teoría, las intenciones actúan como el antecedente más próximo de la conducta siguiente, así como, los efectos mediatos de las creencias influyen sobre la conducta. En añadidura, se concibe la idea de que la repetición frecuente del comportamiento, aumentaría las oportunidades para que este se convierta en algo rutinario y habitual, lo que resulta en un cambio del control intencional al habitual (Hagger, 2019).

## **b) Marco conceptual**

Los hábitos de estudio, entendidos como las prácticas y estrategias que facilitan el aprendizaje y la adquisición de conocimientos, han sido objeto de estudio a lo largo de la historia de la educación. En efecto, Díaz a inicio del siglo XX manifiesta que, en la Antigua Grecia, filósofos como Platón y Aristóteles destacaron la importancia del método y la disciplina en el aprendizaje. Aristóteles, por ejemplo, enfatizaba la necesidad de la repetición y la práctica para el desarrollo intelectual.

En el siglo XX, el campo de la psicología educativa y la pedagogía comenzó a investigar y desarrollar estrategias más específicas para mejorar los hábitos de estudio. Teóricos como Lev Vygotsky y Jean Piaget exploran la importancia del juego y la interacción social en el aprendizaje infantil (Vygotsky, 1978; Piaget, 1970).

Investigaciones más recientes han examinado la eficacia de diversas técnicas de estudio, como el método de Cornell, la organización del tiempo y la distribución del estudio para mejorar la retención y comprensión de la información (Ramos, 2018).

Este marco histórico ofrece una perspectiva amplia sobre la evolución de los hábitos de estudio a lo largo del tiempo, desde la filosofía antigua hasta los enfoques contemporáneos en psicología educativa y pedagogía.

El concepto de hábito de estudio se relaciona con las costumbres y procedimientos que los estudiantes adoptan con el propósito de mejorar su proceso de aprendizaje y desempeño académico. Estas acciones incluyen la planificación del tiempo de estudio, la toma de notas efectivas, la organización de materiales y el repaso constante de los contenidos. Ante esto, según Credé y Phillips (2021) sostienen que "los hábitos de estudio se refieren a las estrategias y acciones que los estudiantes utilizan para procesar, revisar y consolidar la información con el fin de facilitar el aprendizaje y mejorar su rendimiento académico".

En estas líneas, Hochstadt et al. (2020) señala que "los alumnos que desarrollan hábitos de estudio sólidos, como una planificación estructurada y una gestión adecuada del tiempo, tienden a lograr un rendimiento académico más consistente y satisfactorio a lo largo de su trayectoria educativa".

El logro académico no se basa únicamente en la inteligencia y el talento innato de un estudiante, sino también en la adopción de hábitos de estudio efectivos. Estos hábitos son prácticas y rutinas que los estudiantes incorporan en su vida diaria para mejorar su rendimiento académico y su capacidad de aprendizaje.

Los hábitos de estudio son fundamentales porque ayudan a los estudiantes a organizarse y utilizar su tiempo de manera eficiente. En un estudio realizado por Credé et al. (2016) descubrió una conexión relevante entre la aplicación de hábitos de estudio y el desempeño académico. Los estudiantes que se comprometieron con las prácticas de estudio regulares y planificadas aumentaron las calificaciones superiores comparados con aquellos que ni lo hicieron. Por otro lado, uno de los hábitos de estudio más importantes es la planificación y el establecimiento de metas claras. Esto implica crear un horario de estudio

que incluya tiempo para revisar las materias periódicas, en lugar de dejarlo todo para el último momento.

En síntesis, los hábitos de estudio se refieren a las prácticas y enfoques que los estudiantes adoptan con el propósito de mejorar su proceso de aprendizaje y desempeño académico. Estas estrategias abarcan aspectos clave, como una planificación efectiva para distribuir el tiempo de estudio de manera adecuada, la utilización de técnicas de estudio apropiadas que optimizan el proceso de asimilación de conocimientos y la constante atención a la organización y revisión de la información obtenida. La relevancia de estos hábitos de estudio está respaldada por investigaciones actuales, que subrayan su impacto positivo en el rendimiento académico y en la retención a largo plazo del conocimiento. En otras palabras, desarrollar hábitos de estudio efectivos no solo conduce a obtener mejores calificaciones, sino también a un aprendizaje más sólido y duradero, lo que a su vez favorece un crecimiento académico y personal más significativo en el tiempo. Por lo tanto, es esencial que los estudiantes se enfoquen en cultivar y mantener estos hábitos, ya que esto puede marcar una diferencia significativa en su trayectoria educativa y en su capacidad para enfrentar los desafíos futuros de manera exitosa.

Al hablar de una variable como el hábito de estudio, podemos decir que es considerada como el más poderoso camino hacia un buen logro académico, imponiéndose a la memoria forzada. Nuestro rendimiento académico se define por el tiempo dedicado al estudio y a la constancia brindada a la actividad. A lo largo de la educación secundaria, añadimos dichos hábitos de forma inconsciente ya que en la mayoría de sucesos no suelen ser enseñados de manera directa.

Al comienzo de la etapa universitaria podemos notar el cambio a una educación con mayor grado de exigencia ya que el ambiente es menos vigilado y el sistema instructivo es distinto al que acostumbramos tener (menos exámenes y controles periódicos)

El inicio de la universidad requiere de un cambio de la mayoría de estudiantes a aumentar la planificación del tiempo, el ingenio para tomar apuntes, los métodos de investigación y la elección de datos, así como una observación y concentración extendida. Descubrir y preparar hábitos de estudio que nos favorezcan y proporcionen destrezas para comprender, consideramos los puntos primordiales para un buen aprovechamiento académico a lo largo de nuestra formación universitaria.

Cuando hablamos de los hábitos de estudio, Vicuña (2005), los describe como "patrones tradicionales y comunes de desarrollo académico de un estudiante" y los dividen en cinco aspectos distintos:

**I: ¿Cómo estudia usted?** Esta extensión comprende las ipso factas actividades: enfatizar lo destacado de lo tratado, subrayando el vocabulario desconocido por el estudiante, seguidamente del escrito elaborar interrogaciones, replicar y parafrasear el texto por el alumno, articular lo que lee, adicionar una correspondencia al tema con otros que ya ha tratado.

**II: ¿Cómo hace usted sus tareas?** Aquí nos da acceso a aprender el comportamiento usual del educando respecto al avance de las tareas, considerando el resultado laboral, investigación de escritos, indagar el vocabulario ignoto, culminar las labores estudiantiles, otorgar una importancia a la presentación de la tarea sin diferenciar lo efectuado.

**III: ¿Cómo prepara sus exámenes?** Se extiende los consiguientes aspectos: falta de organización desencadenando poco tiempo de estudio, estudiar corto tiempo semanalmente, esperar a que se cumpla el plazo para recién realizar las actividades planteadas, ejecutar los exámenes sin haber estudiado lo suficiente, confundirnos con los datos y temas importantes de la asignatura segundos antes de realizar una evaluación.

**IV: ¿Cómo escucha las clases?** Analiza las tareas habituales que realiza el alumno durante el curso, las cuales son: apuntar el tema tratado, subrayar lo aprendido, dialogar con

los estudiantes, visualizar las clases para poder entenderlas mejor, consultarle al profesor sobre cualquier duda que tengamos.

**V: ¿Qué acompaña sus momentos de estudio?** nos hace hincapié a los trabajos que los estudiantes realizan al momento de estudiar durante: estudiar con música, viendo la televisión, permitir que los familiares nos molesten mientras estamos ocupados estudiando, aceptar que vengan amigos o familia sabiendo que estamos ocupados, permitir las reuniones, entre otros.

Al ver todo esto, desde otro ángulo, podemos argumentar que estas dimensiones de los hábitos de estudio se argumentan epistemológicamente; en otras palabras, el estudiar comprende el análisis de sus conocimientos más importantes, así como el valor, objetividad, fidelidad, fiabilidad, desarrollo, teoría, suposiciones, convicciones, etc.

Por último, al hablar de hábitos de estudio es esencial para el éxito académico. Al incluir prácticas como la planificación, un ambiente propicio para estudiar, tomar notas activas y revisión constante, los estudiantes pueden mejorar su rendimiento académico. Con hábitos efectivos, optimizan su tiempo y esfuerzo de aprendizaje, alcanzando sus metas educativas y destacando en su trayectoria académica.

#### **1.4. Formulación del problema**

¿Cuál es la relación que existe entre la procrastinación académica y los hábitos de estudios en alumnos del VII ciclo de la I.E.P San Antonio Abad, Lima 2022?

#### **1.5. Justificación e importancia del estudio**

Este tratado sobre la procrastinación y los hábitos de estudio es de suma importancia porque permite comprender cómo ambas variables se relacionan y afectan el rendimiento académico y el bienestar emocional de los alumnos. Al analizar estos aspectos en conjunto, se obtiene una visión más holística del estudiante y se pueden identificar estrategias efectivas para mejorar la autorregulación, el manejo del tiempo y el desarrollo de hábitos de estudio

más eficientes. Esta investigación proporciona información valiosa para diseñar intervenciones educativas que promuevan un mejor desempeño académico y una mayor calidad de vida estudiantil, contribuyendo así al éxito integral de los estudiantes en su trayectoria educativa y personal.

Por otro lado, actualmente el asunto de la procrastinación sigue siendo desconocido para algunas personas y desafortunadamente no se le ofrece la atención elemental, la cual merece una debida importancia. No existe aún un análisis propio, por lo que en algún momento varios adolescentes han procrastinado y es debido a la carencia de entendimiento sobre el asunto, pues acostumbran a tomarlo a la ligera y constantemente se desecha o se pospone una actividad por el simple hecho que no perjudicará en un futuro.

Para algunos, los hábitos de estudio pueden parecer insignificantes, pero para otros, representan un desafío importante para alcanzar metas y objetivos. Estos hábitos surgen tanto en el ámbito académico como en el social. Sin embargo, son un elemento crucial para establecer una base sólida en el proceso educativo, mejorando el aprendizaje de los estudiantes frente a las crecientes demandas de análisis en la educación secundaria.

En los últimos años, los estudiantes necesitan fortalecer la educación a través del uso adecuado de los procesos de aprendizaje, para así lograr un desarrollo más completo y enriquecedor para el futuro. Como base fundamental en la estructura académica de los estudios escolares o superiores, es necesario determinar si existen hábitos de estudio adecuados o inadecuados a lo largo del recorrido académico, lo cual es un aspecto de gran importancia para el crecimiento académico de los estudiantes.

También, este estudio contribuye a ampliar la comprensión de la procrastinación académica y por otro lado el de los hábitos de estudio en el entorno estudiantil. Además, es crucial reconocer que con el transcurso de los años, esta práctica se arraiga cada vez más en la población joven estudiantil, lo que se refleja en la tasa de abandono escolar. Finalmente, este estudio va a servir de antecedente para futuras investigaciones, siendo esta la primera

para la I.E.P “San Antonio Abad” de Lima; asimismo, el centro de educación podrá detectar a los alumnos que poseen un mayor índice de procrastinación al comienzo de cada año escolar, capaz de laborar con ellos y aguardar que su triunfo escolar sobresalga de manera exitosa y satisfactoria.

## **1.6. Hipótesis**

**HG:** Existe relación significativa entre la procrastinación y hábitos de estudio en los alumnos de VII ciclo de la I.E.P San Antonio Abad, Lima 2022.

**H0:** No existe relación significativa entre la procrastinación y hábitos de estudio en los alumnos de VII ciclo de la I.E.P San Antonio Abad, Lima 2022.

## **1.7. Objetivos**

### **1.7.1. Objetivo General**

Determinar la relación entre la procrastinación y hábitos de estudio de los alumnos de VII ciclo de la I.E.P San Antonio Abad, Lima 2022.

### **1.7.2 Objetivos específicos**

Identificar la relación que existe entre autorregulación académica y hábitos de estudio, de los alumnos de VII ciclo de la I.E.P San Antonio Abad, Lima 2022.

Establecer la relación que existe entre postergación de actividades con hábitos de estudio, de los alumnos de VII ciclo de la I.E.P San Antonio Abad, Lima 2022.

Distinguir la relación que existe entre forma de estudio con procrastinación académica, de los alumnos de VII ciclo de la I.E.P San Antonio Abad, Lima 2022.

Precisar la relación que existe entre resolución de tareas con procrastinación académica, de los alumnos de VII ciclo de la I.E.P San Antonio Abad, Lima 2022.

Exponer la relación que existe entre preparación de exámenes con procrastinación académica, de los alumnos de VII ciclo de la I.E.P San Antonio Abad, Lima 2022.

Encontrar la relación que existe entre escuchar la clase con procrastinación académica, de los alumnos de VII ciclo de la I.E.P San Antonio Abad, Lima 2022.

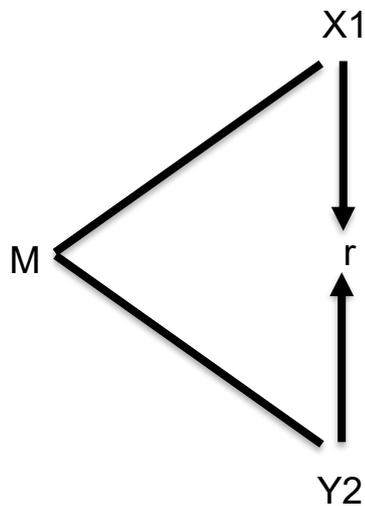
Indicar la relación que existe entre acompañamiento de estudio con procrastinación académica, de los alumnos de VII ciclo de la I.E.P San Antonio Abad, Lima 2022.

## **II. MATERIAL Y MÉTODO**

### **2.1. Tipo y diseño de investigación**

Este estudio se basó en un enfoque cuantitativo de alcance descriptivo correlacional, con el objetivo de obtener una mejor comprensión de la procrastinación académica y su relación con los hábitos de estudio en alumnos de secundaria del colegio San Antonio Abad de Lima, en el VII ciclo. Esta investigación se llevó a cabo desde un enfoque cuantitativo, aunque también se brindó apoyo a través de un enfoque cualitativo, según los objetivos establecidos y los supuestos planteados. El enfoque se centró en cuantificar la relación entre dos variables: la procrastinación académica y los hábitos de estudio. Se formuló una pregunta de investigación con el propósito de obtener datos empíricos, es decir, datos observables y medibles, según lo planteado por Bernal (2016).

En este estudio se logró un diseño no experimental, en concreto, un enfoque transversal de alcance descriptivo correlacional. Lo no experimental se eligió debido a que no se implementó ningún programa o intervención en las variables de procrastinación académica y hábitos de estudio, sino que los eventos se observaron de manera natural. Además, se optó por un enfoque transversal, ya que la recopilación de datos se llevó a cabo en un solo momento y período de tiempo, sin seguimiento a largo plazo. (Sánchez, Reyes y Mejía, 2018).



### Esquema del diseño

Donde:

M: 63 estudiantes de la IEP. San Antonio Abad

X1: Variable 1: Procrastinación Académica

Y2: Variable 2: Hábitos de estudio

r: La relación que une a las variables

## 2.2. Población y muestra

La ejecución se llevó a cabo con una muestra de 63 alumnos del IEP San Antonio Abad, todos pertenecientes al nivel secundario. Para este estudio, se seleccionaron los grados 3ro, 4to y 5to del turno matutino. Es importante destacar que la edad de los estudiantes, tanto hombres como mujeres, oscila entre los 14 y 16 años. Además, cada uno de los participantes proviene de diferentes localidades dentro del distrito de Lima, y la mayoría de ellos pertenecen a un nivel socioeconómico medio.

Además, es importante señalar que la muestra representa el conjunto de todos los casos que cumplen con algunas condiciones. Por lo tanto, se confirma que la muestra seleccionada para esta investigación está conformada por estudiantes del VII ciclo de un colegio particular, quienes satisfacen esas características específicas. (Hernández, Fernández y Baptista, 2014)

Tabla 1.  
Alumnos matriculados del VII ciclo en la IEP. San Antonio Abad

Ciclo	Grado	Alumnos	
		F	%
VII	3ro	24	38%
	4to	24	38%
	5to	15	24%
Total		63	100%

Nota: Nómina de matrícula 2022 - IEP San Antonio Abad

## **2.3. Variables y operacionalización**

### **Procrastinación académica**

Barraza (2019) analiza las ideas propuestas por Solomon y Rothblum en los años 80, afirmando que la Procrastinación Académica puede ser abordada desde dos perspectivas conceptuales distintas. Una de ellas se centra en evitar tareas, mientras tanto la otra se enfoca en la toma de decisiones subyacentes a este comportamiento.

La procrastinación es un fenómeno que implica posponer ya sea el inicio o quizá la finalización de una tarea desagradable, también conocida como "dejar algo para el día siguiente". En el ámbito académico, la procrastinación puede presentarse ocasionalmente o de forma crónica. La procrastinación académica episódica se refiere a comportamientos puntuales relacionados con una actividad académica específica debido a la falta de tiempo. También, Sirois y Pychyl (2016), piensan que "la procrastinación académica es un problema creciente entre los estudiantes y está influenciada por diversos factores, como la evitación de tareas desafiantes, la falta de motivación intrínseca y la dificultad para regular las emociones". En resumen, la procrastinación académica es un comportamiento característico por el retraso crónico y voluntario en la realización de tareas, lo que puede tener efectos negativos en el rendimiento académico y el bienestar emocional de los alumnos. Las investigaciones actuales subrayan la relación entre la procrastinación académica y factores como la autorregulación, la ansiedad y la motivación, lo que destaca la importancia de abordar este fenómeno para mejorar el desempeño académico.

### **Hábitos de estudio**

Pueden ser buenos o malos, tener un efecto positivo o negativo en sus resultados. Como buenos hábitos podemos enumerar: implementar métodos, mapear el tiempo disponible; Revisa las notas de clase sobre el texto, léelo de nuevo si no lo entiendes, usa un diccionario para ayudarte con tu comprensión lectora, toma un pequeño descanso, en al menos una hora después de estudiar o terminar la tarea, etc. Según Lammers et al. (2018),

"los hábitos de estudio juegan un papel fundamental en el proceso de aprendizaje, ya que permiten a los estudiantes organizar y procesar la información de manera más efectiva". En resumen, los hábitos de estudio son estrategias que los alumnos toman para mejorar su proceso de aprender.

<b>Variables</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Item</b>	<b>Técnica e instrumento de recolección de datos</b>
Procrastinación Académica	Autorregulación Académica	Hábitos de estudio	2, 3, 4, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16	Técnica: Entrevista  Instrumento: Escala de Procrastinacion Academica
	Postergación de Actividades	Estrategia de estudio	1, 8 y 9	
Hábitos de Estudio	Forma de estudio	Refiriéndose a cómo estudia el alumno	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12	Técnica: Entrevista  Instrumento: Inventario de Hábitos de Estudio CASM – 85 (REVISIÓN 2014)
	Resolución de tareas	Refiriéndose a cómo el estudiante hace sus tareas	13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22	
	Preparacion de exámenes	Refiriéndose a cómo el estudiante prepara sus tareas	23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33	
	Forma de escuchar las clases	Refiriéndose a cómo el estudiante escucha la clase	34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46	
	Acompañamiento al estudio	Refiriéndose a que acompaña al estudiante en momentos de estudio	47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55	

## 2.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad.

**Técnicas:** Entrevista, observación y medición

### **Instrumentos**

#### **ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA (EPA)**

##### **Ficha técnica:**

Nombre de la prueba: Escala de Procrastinación Académica (EPA).

Autora: Deborah Ann Busko (1998).

Procedencia: Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko adaptada por Álvarez (2010).

Aplicación: personal o colectiva.

Ámbito de Aplicación: estudiantes de secundaria

Duración: De 10 a 15 minutos, aproximadamente.

Objetivo de la prueba: medir los niveles de procrastinación académica en los estudiantes de secundaria

El instrumento EPA posee dos dimensiones: la primera, Autorregulación Académica(13 ítems y se clasifican de manera indirecta); la segunda, Postergación de Actividades (3 ítems y se clasifican de manera directa).

En lo que respecta a la puntuación y el análisis de esta prueba, el presente inventario contó con 16 ítems, el cual cada uno será valorado mediante la escala Likert que son de cinco puntos, las alternativas para responder son las siguientes: Nunca (1), Casi nunca (2), A veces (3), Casi Siempre (4) y Siempre (5).

La interpretación de los puntajes se realizó de manera directa, lo que significa que a medida que un individuo obtiene un puntaje más alto en el inventario, su tendencia a procrastinar será mayor.

En cuanto a la dimensión de Autorregulación Académica, se consideraron puntajes bajos hasta 27 como indicativos de un bajo grado de procrastinación académica, mientras que puntajes superiores a 35 indicaron un grado elevado de procrastinación académica. Por otro lado, en la dimensión de postergación de actividades, los puntajes bajos hasta 7 reflejan un bajo grado de procrastinación académica, mientras que los puntajes superiores a 9 señalan un grado elevado de procrastinación académica.

### **Confiabilidad:**

Cuando hablamos de la confiabilidad nos podemos referir a que cada subescala se pudo evaluar a través del alfa de Cronbach, adquiriendo así para el factor Autorregulación académica un indicador de 0.821 (IC al 95%: .793; .847), y de 0.752 (IC al 95%: .705; .792) para el factor Postergación de actividades.

La confiabilidad de los elementos fueron valorados por medio del coeficiente omega, adquiriendo así un indicador de 0.829 para el factor Autorregulación académica y de 0.794 para el factor Postergación de actividades.

La confiabilidad utilizada ( $\omega$  y H) que muestra volúmenes elevados. Sin embargo, las puntuaciones de la EPA no se acoplan a lo normalizado, de ese modo, fue necesario el uso de percentiles al momento de analizar y trabajar los cálculos.

### **Validez:**

Los resultados obtenidos de un proyecto de investigación anterior, que compartieron las mismas variables que el estudio actual, revelaron que la Escala de Procrastinación Académica (EPA) fue considerada válida y adaptable. Estos resultados se basaron en la

evaluación y el juicio de tres jueces con grado de magister, quienes eran expertos en el campo de la psicología educativa, incluidos dos especialistas en investigación. Se encontró que todos los elementos de la escala mostraron una conexión con los indicadores y se relacionaron con las dimensiones presentes en dicha variable. Estos resultados respaldan la confiabilidad y la relevancia de la EPA como herramienta de medición en el contexto de la procrastinación académica.

La validez de constructo de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) fue evaluada a través de un análisis factorial exploratorio. El resultado del test de Kaiser-Meyer-Olkin mostró un valor de 0.80, lo que indica una conformidad adecuada y significativa de las variables presentadas en la escala, demostrando su capacidad explicativa.

## **INVENTARIO DE HÁBITOS DE ESTUDIO CASM-85**

### **Ficha técnica:**

Nombre de la prueba: Inventario de Hábitos de Estudio CASM-85

Autora: Luis Alberto Vicuña Peri (1985), Revisado en 1998

Aplicación: Individual o colectiva.

Ámbito de Aplicación: escolares de secundaria

Duración: entre 15 y 20 minutos, aproximadamente.

Objetivo de la prueba: medición y diagnóstico de los hábitos de estudio de alumnos de educación secundaria

Se adquirió el Inventario de Hábitos de Estudio CASM-85 como segundo instrumento, el cual consta de cinco dimensiones. La primera dimensión, denominada forma de estudio, se compone de 12 elementos. La segunda dimensión, resolución de tareas, consta de 10 artículos. La tercera dimensión, preparación de exámenes, está compuesta por 11 ítems. La

cuarta dimensión se refiere a la forma de escuchar las clases y cuenta con 12 ítems. Por último, la quinta dimensión, acompañamiento de estudio, se compone de 8 elementos.

El registro de las preguntas contó con los correspondientes espacios para que las alumnas marquen con una X en la columna que deseen ya sea con la de SIEMPRE o la de NUNCA.

Se plantearon los siguientes valores y su jerarquía: de 44 – 53 Muy Positivo; de 36 – 43 Positivo; de 28 – 35 Tendencia (+); de 18 – 27 Tendencia (-); de 09 – 17 Negativo; de 0 – 08 Muy Negativo.

### **Confiabilidad:**

La confiabilidad de las diferentes dimensiones del instrumento se evaluó utilizando un procedimiento de mitades. Los resultados obtenidos revelaron un coeficiente alfa de 0.86 para la dimensión internacional, indicando una alta consistencia interna de los ítems que conforman esta dimensión. Para la forma de estudiar, se obtuvo un coeficiente de 0.67, mientras que la resolución de tareas presentó un coeficiente de 0.58, sugiriendo una consistencia moderada de los ítems en estas dimensiones. En cuanto a la preparación de exámenes y la forma de escuchar clases, ambas dimensiones mostraron un coeficiente de confiabilidad de 0.65. Por último, el acompañamiento en los momentos de estudio presentó un coeficiente de 0.47, indicando una consistencia interna más baja en los ítems que conforman esta dimensión.

### **Validez:**

De acuerdo a la información obtenida de un proyecto de investigación que utilizó las mismas variables que el estudio en curso, se pudo observar que, al igual que con la primera variable, el inventario de hábitos de estudio (CASM 85) es considerado válido y adaptable. Esto se determinó a través de la evaluación y el veredicto de tres jueces con grado de magister, expertos en el campo de la psicología educativa, incluyendo dos especialistas en

investigación. Todos los ítems del inventario mostraron una conexión con los indicadores y, a su vez, se relacionaron con las dimensiones presentes en esta variable.

Así mismo, para este proyecto se realizó una prueba de validación diferente donde se empleó la relación ítem- total, con esto se puede saber que, la estructura de los ítems correspondientes a la primera dimensión (Forma de estudio) indica que el índice de similitud varía de 1 a 12; y con la siguiente dimensión (Resolución de tareas) se mostró una cantidad de 13 a 22; obteniendo la dimensión (Preparación de exámenes) un número entre 23 a 33; adquiriendo (Forma de escuchar las clases) entre 34 a 46 y contando la dimensión (Acompañamiento de estudio) una cifra de 47 a 55. Normas de corrección y calificación: Para la corrección, en primer lugar, se verificó que cada ítem haya sido contestado. Tanto para la calificación total como para las subescalas se suman los puntajes en cada ítem. (Valor de 0 a 1).

## **2.5. Procedimiento de análisis de datos**

Luego de la aplicación, se procedió a recopilar los datos y la información relacionada con las variables en la población de estudio. El objetivo de esta recopilación fue evaluar la confiabilidad de los instrumentos empleados tomando como herramienta principal el coeficiente alfa de Cronbach. Para la Escala de Procrastinación Académica, se obtuvieron coeficientes de confiabilidad de 0.842, lo que indica que los elementos que conforman la escala presentan una buena consistencia interna. En cuanto al cuestionario de Hábitos de Estudio CASM-85, su confiabilidad fue evaluada mediante el procedimiento de mitades, aunque no se destacó el valor del coeficiente obtenido. Estos resultados respaldan la confiabilidad de los instrumentos utilizados en la medición de las variables en el estudio.

Al recopilar la información se procedió al procesamiento de los mismos utilizando el software IBM Statistics 26 y Microsoft Excel. Los resultados se presentaron visualmente por medio de gráficos estadísticos, lo cual permitió un análisis más detallado, así como la discusión y la formulación de conclusiones acorde a los objetivos planteados en el estudio.

Es importante destacar que toda la información obtenida se ha almacenado de manera segura en uno de los ordenadores utilizados por las investigadoras, garantizando así la confidencialidad y el acceso controlado a los datos recolectados.

## **2.6. Criterios éticos**

De acuerdo con Cáceres, et al. (2021), en el contexto presentado, se destaca que la ética de la investigación no debe ser tratada meramente como una formalidad, sino como una responsabilidad que los investigadores deben asumir a lo largo de todo el desarrollo de la investigación (p. 59).

Se respetaron los principios éticos al obtener formalmente el consentimiento de del Colegio San Antonio Abad, que se encuentra ubicada en el distrito de Los Olivos. Se recopiló la documentación necesaria como evidencia del permiso otorgado, en representación de la directora de la institución. Esto asegura que el procedimiento se realizó de manera ética y se cumplieron los requisitos necesarios para realizar la investigación en el contexto educativo específico.

Antes de llevar a cabo la administración de las evaluaciones y el inventario, se realizó una explicación verbal a los estudiantes participantes, donde se les informó claramente que los resultados obtenidos se utilizarían como parte de un estudio y que los datos proporcionados serían tratados de forma confidencial. Los participantes fueron estudiantes de ambos géneros, tanto femenino como masculino, y se encontraban entre las de 14 y 17 años. Para garantizar la participación de los estudiantes, se requirió la autorización firmada y sellada por el director, demostrando así el cumplimiento de los procedimientos éticos y la importancia de obtener el consentimiento y respetar la privacidad de los participantes en la investigación.

### 2.6.1 Criterios éticos en la investigación

La ética demanda que la actividad científica se lleve a cabo siguiendo principios éticos con el fin de garantizar el avance en del conocimiento y el bienestar humano en la sociedad (Reluz-Barturén, et al. 2022). Estos autores, consideran algunos criterios fundamentales para el desarrollo de una investigación. Entre ellas, tenemos:

Basado en el principio **del respeto a las personas**, toda investigación científica debe tener en cuenta la dignidad de las personas, es decir, tenga cuidado de no manipularlos de acuerdo con el propósito del estudio. Asimismo, se debe brindar protección adicional e individualizada a quienes la necesiten, cuidando de informar detalladamente a sus tutores o a los responsables directos del impacto de la investigación, tales como menores de edad, adultos mayores o personas con capacidad ausente o limitada para discriminar. y tomar decisiones (p. 29).

Basada en el principio de **beneficencia**, se basa en el entendimiento, quizás idílico para algunos, de que toda investigación científica no solo debe buscar no hacer daño (principio de no maleficencia), sino también buscar minimizar riesgos o maximizar beneficios (p. 29).

Con respecto al principio de **objetividad o justicia**, mientras que el principio de incluye esencialmente una distribución justa de responsabilidades en el trabajo de investigación y posibles beneficios financieros, el principio de objetividad reemplaza los principios de caridad y respeto; es decir, no solo involucrando o involucrando a los científicos, sino a la humanidad en su conjunto y, por supuesto, incluyendo a la generación más joven (p. 29). Para ser justos, todas las personas deben ser tratadas por igual en términos de acceso a oportunidades y beneficios, y en la asignación de recursos a menudo escasos.

### **2.6.2 Principios del consentimiento informado**

Cuando se habla de consentimiento informado, se habla de un mecanismo utilizado para honrar la dignidad y los derechos de los intervenidos, el cual debe contener información acerca del propósito del estudio. Algunos de estos principios, Carreño (2016), los explica detalladamente de la siguiente manera:

En cuanto al principio de la **Información**, el documento destaca la importancia de describir la información de manera clara y sencilla, incluyendo aspectos generales. Esta claridad facilitará el entendimiento de los encuestados y les permitirá decidir sobre si desean participar en el estudio. (p. 237)

En cuanto a la **Voluntariedad**, este resulta ser el más importante de los principios, ya que permite al investigador expresarle a los participantes que el realizar las encuestas es totalmente voluntaria y no se obliga a nadie a ser parte de la investigación. (p.240)

En cuanto a la **comprensión**, este implica que el investigador debe explicar de forma clara, concreta y concisa los detalles del estudio para obtener el consentimiento de los encuestados. En ocasiones, si el contenido es difícil de entender, el participante puede solicitar orientación a personas cercanas. (p. 239)

## **2.7. Criterios de Rigor Científico**

Este tratado se basó en principios precisos y autorización adecuada para garantizar la validez de los resultados. Se utilizaron pruebas adaptaciones y se cumplieron los requisitos básicos en un grupo de jóvenes de edades entre 14 y 17 años. En cuanto a los criterios, se consideró la credibilidad, transparencia consistencia y aplicabilidad, criterios de rigor científico que De la Cruz (2022, p.29) sugiere para el desarrollo de una investigación como la presente. A continuación, se detalla:

**La credibilidad**, se refiere a la precisión y autenticidad de los resultados de la investigación, demostrando el nivel de verdad en el grupo de estudio. La aplicación de estos valores es fundamental para garantizar una investigación viable, confiable y factible.

**La transparencia**, es imprescindible en una investigación, ya que promueve la confianza entre los participantes. Su objetivo es resaltar la información pertinente sin distorsiones, con el propósito de presentar la realidad en su contexto actual.

**La consistencia**, es la eficacia de un instrumento para producir resultados que estén en línea con los objetivos y variables del estudio. La consistencia garantiza la estabilidad, coherencia y confiabilidad de los resultados tanto a lo largo del tiempo como en diferentes grupos de estudio.

**La aplicabilidad**, implica que el investigador facilite los datos para que los resultados puedan aplicarse y compararse en otras poblaciones o contextos. Esto extiende la explicación e interpretación de los resultados a diferentes realidades con el propósito de beneficiar a la sociedad en su conjunto y permite una intervención más amplia.

### III. RESULTADOS

#### 3.1. Resultados en Tablas y Figuras

Se llevó a cabo este estudio con el propósito de Determinar la relación entre la procrastinación y hábitos de estudio de los alumnos de VII ciclo de la I.E.P San Antonio Abad, Lima 2022. Para lograr este objetivo, se utilizaron dos cuestionarios, uno para medir la Procrastinación Académica (EPA) y otro para evaluar los Hábitos de estudio CASM-85. Estos cuestionarios fueron validados mediante una prueba piloto.

El cuestionario de Procrastinación Académica (EPA) obtuvo un valor de confiabilidad (Alfa de Cronbach) de 0.842, mientras que el cuestionario de Hábitos de estudio CASM-85 alcanzó un valor de 0.813. Luego, ambos cuestionarios se aplicaron a una muestra de 63 estudiantes. Posteriormente, la información recopilada se analizó utilizando IBM Statistic 26, y se realizó una prueba de normalidad para determinar el coeficiente de correlación. Según Galindo (2020), si la muestra de población es mayor a 50, se debe emplear la prueba de Kolmogorov-Smirnov, de lo contrario, se usa la prueba de Shapiro-Wilk. Asimismo, si el valor de significancia es mayor a 0.05, se aplica la prueba paramétrica (Correl. de Pearson); de lo contrario, se emplea la prueba no paramétrica (Correl. de Spearman) (p. 37).

*Tabla 2.*  
*Pruebas de normalidad*

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Estadístic	gl	Sig.	Estadístic	gl	Sig.
Procrastinación académica	,101	63	,177	,979	63	,364
Hábitos estudio	,091	63	,200*	,965	63	,069

Nota: Elaboración propia.

\*. Esto es un límite inferior de la significación verdadera.

a. Corrección de significación de Lilliefors

En esta investigación, se cuenta con una muestra de 63 estudiantes, lo que hace adecuado utilizar la prueba de Kolmogorov-Smirnov para el análisis de datos. Además, se ha observado que la significancia de ambas variables es mayor a 0.05, con valores de  $p=0.177$

y  $p=0.200$  respectivamente. En consecuencia, se aplicarán pruebas paramétricas para este estudio, específicamente la Correlación de Pearson, para evaluar los resultados obtenidos.

En las siguientes secciones, se presentarán los resultados de este estudio, estructurados según los objetivos planteados. Para su interpretación y análisis, se tuvieron en cuenta los fundamentos teóricos relevantes. Por lo tanto, esta sección se ha dividido de la siguiente manera:

- Autorregulación académica y su relación con hábitos de estudio
- Postergación de actividades y su relación con hábitos de estudio
- Forma de estudio y su relación con procrastinación académica
- Resolución de tareas y su relación con procrastinación académica
- Preparación de exámenes y su relación con procrastinación académica
- Escuchar la clase y su relación con procrastinación académica
- Acompañamiento de estudio y su relación con procrastinación académica
- Correlación entre procrastinación académica y hábitos de estudio

### **3.1.1. Autorregulación académica y su relación con hábitos de estudio**

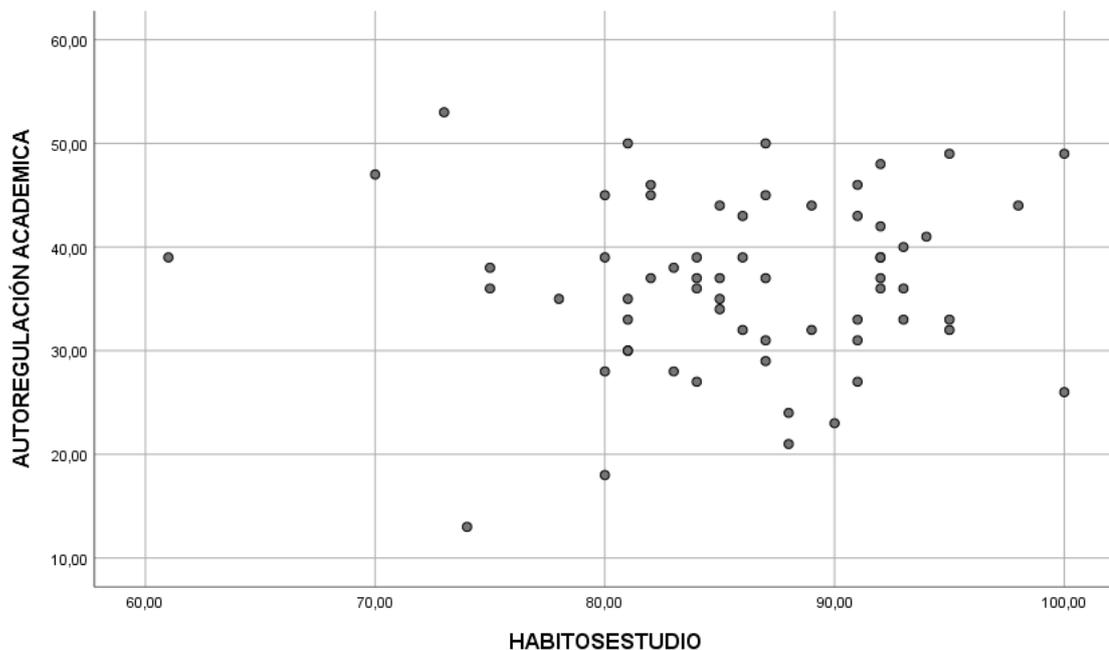
La autorregulación académica es la habilidad de los alumnos para gestionar y controlar sus propios métodos de aprendizaje. Este implica la capacidad de establecer metas claras, planificar y organizar el estudio, monitorear el progreso, identificar y utilizar estrategias de aprendizaje efectivas, y ajustar su enfoque según las necesidades. Al desarrollar la autorregulación académica, los estudiantes se vuelven más autónomos y responsables de su educación, lo que les ayuda a mejorar su rendimiento académico y a adquirir habilidades de aprendizaje. A continuación, se muestra la correlación existente entre autorregulación académica y hábitos de estudios:

Tabla 3.  
Correlación entre autorregulación académica y hábitos de estudios

		AUTOREGULACIÓN ACADEMICA	HABITOS DE ESTUDIO
AUTOREGULACIÓN ACADEMICA	Correlación de Pearson	1	,036
	Sig. (bilateral)		,779
	N	63	63
HABITOS DE ESTUDIO	Correlación de Pearson	,036	1
	Sig. (bilateral)	,779	
	N	63	63

Nota: Elaboración propia.

Gráfico 1. Correlación entre autorregulación académica y hábitos de estudios



La correlación entre autorregulación académica y hábitos de estudio es de 0,036, lo que indica una relación muy débil entre estas dos variables. Además, el valor de significancia (Sig.) bilateral es de 0,779, lo que sugiere que esta correlación no es estadísticamente significativa. Los datos se basan en un tamaño de muestra de 63 para ambas variables. En resumen, según estos resultados, no hay una relación significativa entre la autorregulación académica y los hábitos de estudio en esta muestra particular.

### 3.1.2. Postergación de actividades y su relación con hábitos de estudio

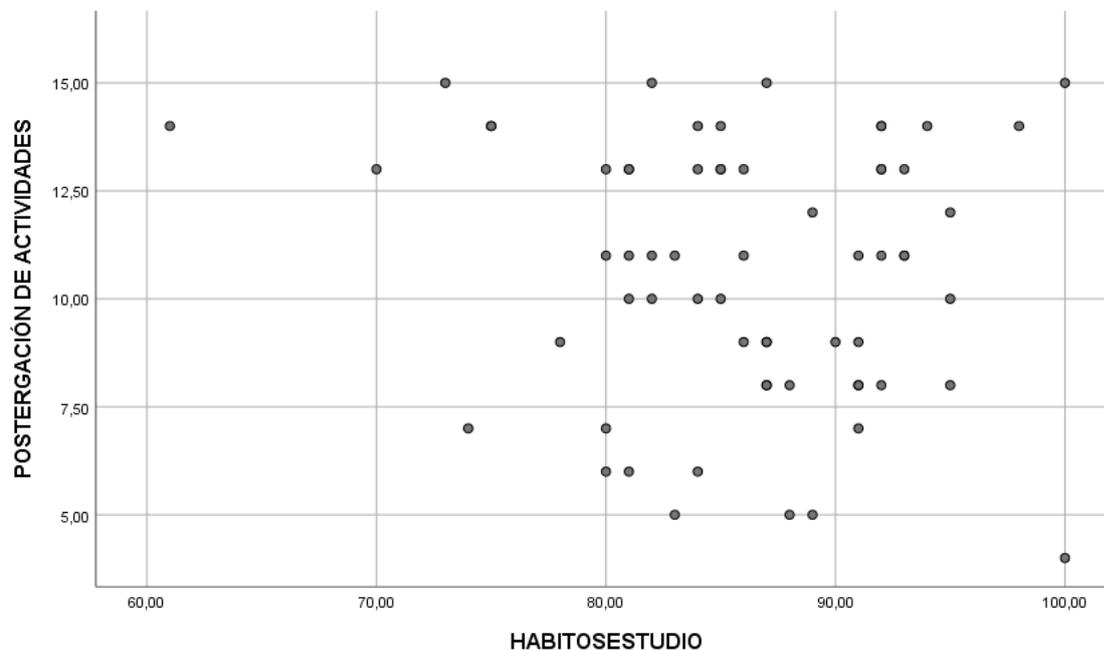
La postergación de actividades se refiere a la tendencia o hábito de retrasar o posponer tareas importantes o relevantes, a favor de actividades menos prioritarias o más placenteras. Es una conducta que afecta negativamente la productividad y eficiencia de una persona, ya que evita abordar las responsabilidades de manera oportuna. A continuación, se muestra la correlación existente entre postergación de actividades y hábitos de estudios:

Tabla 4.  
Correlación entre postergación de actividades y hábitos de estudios

		POSTERGACIÓN DE ACTIVIDADES	HABITOS DE ESTUDIO
POSTERGACIÓN DE ACTIVIDADES	Correlación de Pearson	1	-,124
	Sig. (bilateral)		,331
	N	63	63
HABITOS DE ESTUDIO	Correlación de Pearson	-,124	1
	Sig. (bilateral)	,331	
	N	63	63

Nota: Elaboración propia.

Gráfico 2. Correlación entre postergación de actividades y hábitos de estudios



En la tabla 4, se muestra la correlación entre la postergación de actividades y los hábitos de estudio. La correlación entre estas dos variables es de  $-0,124$ . El valor de significancia (Sig.) bilateral es de  $0,331$ , lo que indica que esta correlación no es estadísticamente significativa. Los datos se basan en un tamaño de muestra de 63 para ambas variables. En resumen, según estos resultados, no hay una relación significativa entre la postergación de actividades y los hábitos de estudio en esta muestra particular. Esto significa que, en este grupo de personas estudiadas, no se observa una asociación clara entre la tendencia a postergar tareas y la forma en que se abordan los hábitos de estudio.

### 3.1.3. Forma de estudio y su relación con procrastinación académica

La forma de estudio se refiere a la manera que una persona utiliza para adquirir conocimientos y habilidades. Cada individuo tiene su propio estilo de estudio, que puede variar en términos de técnicas, estrategias y preferencias. Algunas personas pueden beneficiarse más de la lectura, la toma de notas y el aprendizaje visual, mientras que otras pueden encontrar más efectivo el estudio en grupo, la enseñanza de otros o el uso de recursos digitales. A continuación, se muestra la correlación existente entre forma de estudio y procrastinación académica

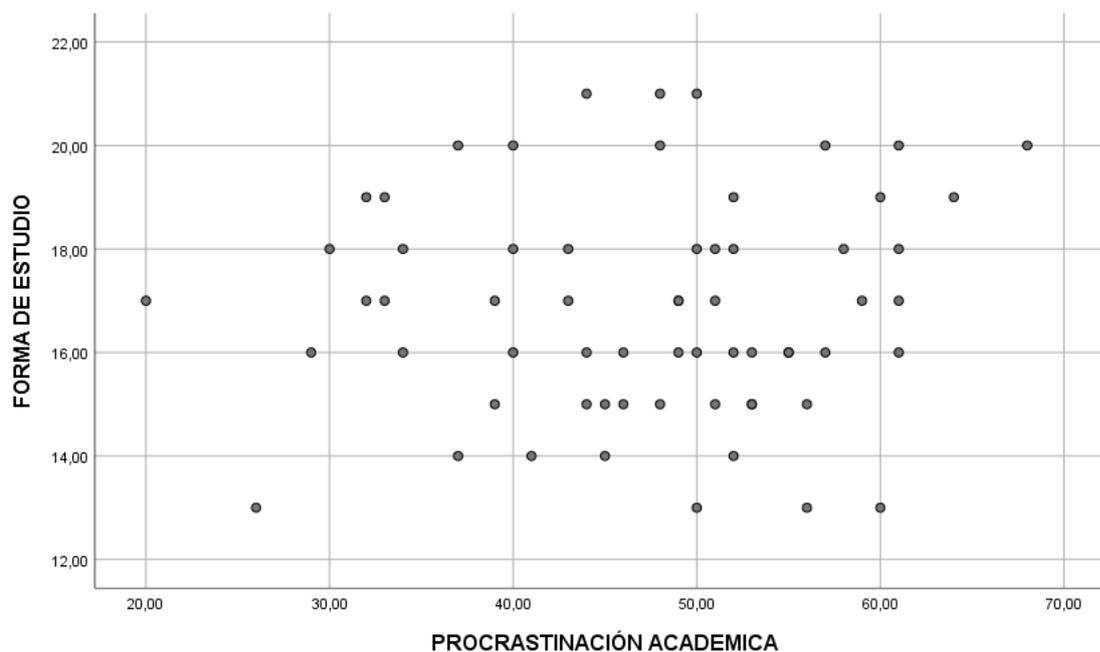
Tabla 5.

#### Correlación entre forma de estudio y procrastinación académica

		FORMA DE ESTUDIO	PROCRASTINACIÓN ACADEMICA
FORMA DE ESTUDIO	Correlación de Pearson	1	,064
	Sig. (bilateral)		,616
	N	63	63
PROCRASTINACIÓN ACADEMICA	Correlación de Pearson	,064	1
	Sig. (bilateral)	,616	
	N	63	63

Nota: Elaboración propia.

Gráfico 3. Correlación entre forma de estudio y procrastinación académica



En la tabla 5, se muestra la correlación entre la forma de estudio y la procrastinación académica. La correlación entre estas dos variables es de 0,064. El valor de significancia (Sig.) bilateral es de 0,616, lo que indica que esta correlación no es estadísticamente significativa. Los datos se basan en un tamaño de muestra de 63 para ambas variables. En resumen, según estos resultados, no hay una relación significativa entre la forma de estudio y la procrastinación académica en esta muestra particular. Esto sugiere que, en este grupo de personas estudiadas, la forma en que abordan el estudio no parece tener una influencia clara en su tendencia a postergar tareas académicas. Es importante recordar que estos resultados se aplican específicamente a esta muestra y no necesariamente a otros grupos o contextos.

#### **3.1.4. Resolución de tareas y su relación con procrastinación académica**

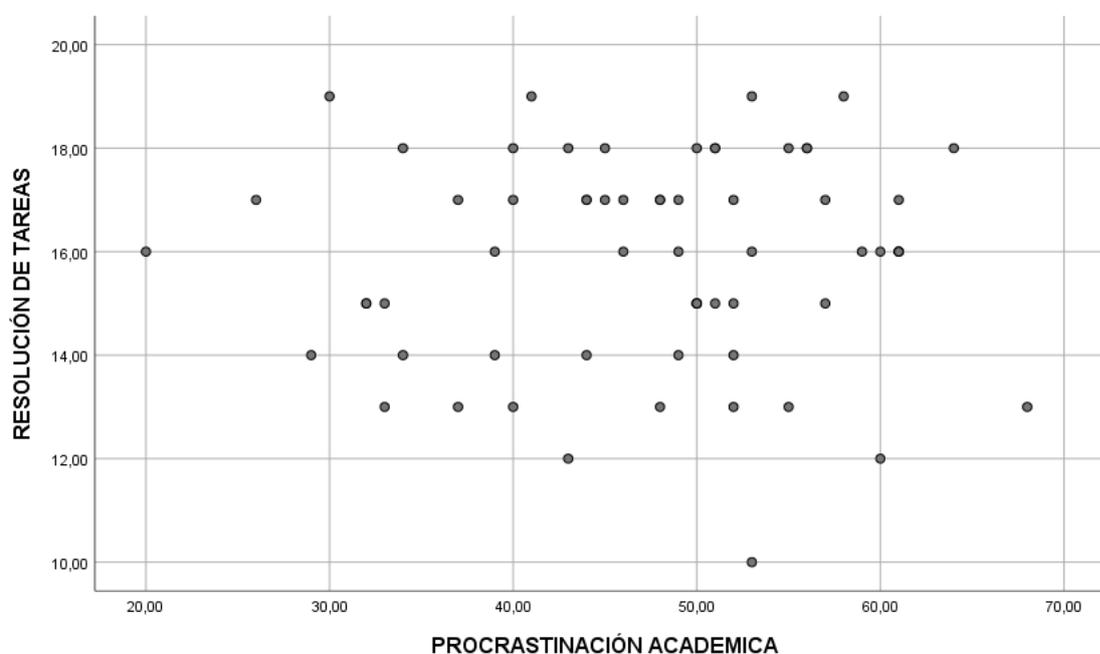
La resolución de tareas se refiere a la capacidad para abordar y completar eficazmente las tareas o problemas que se le presentan en el ámbito académico u otro. Implica el proceso de identificar, planificar y ejecutar las acciones necesarias para lograr un objetivo específico o resolver un problema determinado. A continuación, se muestra la correlación existente entre resolución de tareas y procrastinación académica.

Tabla 6.  
Correlación entre resolución de tareas y procrastinación académica

		RESOLUCIÓN DE TAREAS	PROCRASTINACIÓN ACADEMICA
RESOLUCIÓN DE TAREAS	Correlación de Pearson	1	,022
	Sig. (bilateral)		,865
	N	63	63
PROCRASTINACIÓN ACADEMICA	Correlación de Pearson	,022	1
	Sig. (bilateral)	,865	
	N	63	63

Nota: Elaboración propia.

Gráfico 4. Correlación entre resolución de tareas y procrastinación académica



En la tabla 6, se muestra la correlación entre la resolución de tareas y la procrastinación académica. La correlación entre estas dos variables es de 0,022. El valor de significancia (Sig.) bilateral es de 0,865, lo que indica que esta correlación no es estadísticamente significativa. Los datos se basan en un tamaño de muestra de 63 para ambas variables. En resumen, según estos resultados, no hay una relación significativa entre la resolución de tareas y la procrastinación académica en esta muestra particular. Esto sugiere que, en este grupo de personas estudiadas, no hay una asociación clara entre la habilidad para resolver tareas y la tendencia a postergar actividades académicas. Es

importante tener en cuenta que estos resultados se aplican específicamente a esta muestra y pueden variar en otros grupos o contextos.

### 3.1.5. Preparación de exámenes y su relación con procr. Académica

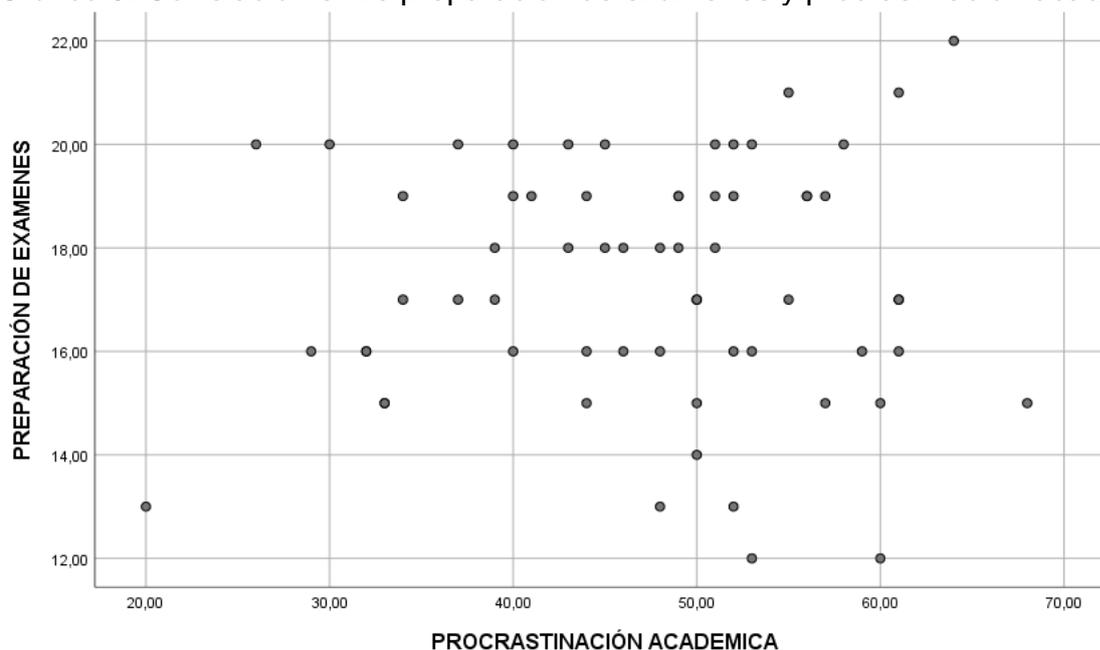
La preparación de exámenes se refiere al proceso de estudio y práctica que los estudiantes realizan antes de enfrentar un examen o evaluación académica. Esta etapa de preparación es crucial para asegurar un buen rendimiento en los exámenes y alcanzar los objetivos de aprendizaje. La preparación de exámenes implica revisar el material del curso, tomar apuntes, realizar ejercicios y ejemplos prácticos, repasar conceptos clave y aclarar dudas. A continuación, se muestra la correlación existente entre preparación de exámenes y procrastinación académica:

Tabla 7.  
Correlación entre preparación de exámenes y procrastinación académica

		PREPARACIÓN DE EXAMENES	PROCRASTINACIÓN ACADEMICA
PREPARACIÓN DE EXAMENES	Correlación de Pearson	1	,032
	Sig. (bilateral)		,801
	N	63	63
PROCRASTINACIÓN ACADEMICA	Correlación de Pearson	,032	1
	Sig. (bilateral)	,801	
	N	63	63

Nota: Elaboración propia.

Gráfico 5. Correlación entre preparación de exámenes y procrastinación académica



En la tabla 7, se muestra la correlación entre la preparación de exámenes y la procrastinación académica. La correlación entre estas dos variables es de 0,032. El valor de significancia (Sig.) bilateral es de 0,801, lo que indica que esta correlación no es estadísticamente significativa. Los datos se basan en un tamaño de muestra de 63 para ambas variables. En resumen, según estos resultados, no hay una relación significativa entre la preparación de exámenes y la procrastinación académica en esta muestra particular. Esto sugiere que, en este grupo de personas estudiadas, no hay una asociación clara entre la forma en que se preparan para los exámenes y su tendencia a postergar actividades académicas. Es importante tener en cuenta que estos resultados se aplican específicamente a esta muestra y pueden variar en otros grupos o contextos.

### 3.1.6. Escuchar la clase y su relación con procrastinación académica

Escuchar la clase implica estar presente mentalmente, mantenerse enfocado en el contenido y evitar distracciones. Los estudiantes que desarrollan este hábito suelen tomar notas relevantes, hacer preguntas para aclarar dudas, participar activamente en debates y

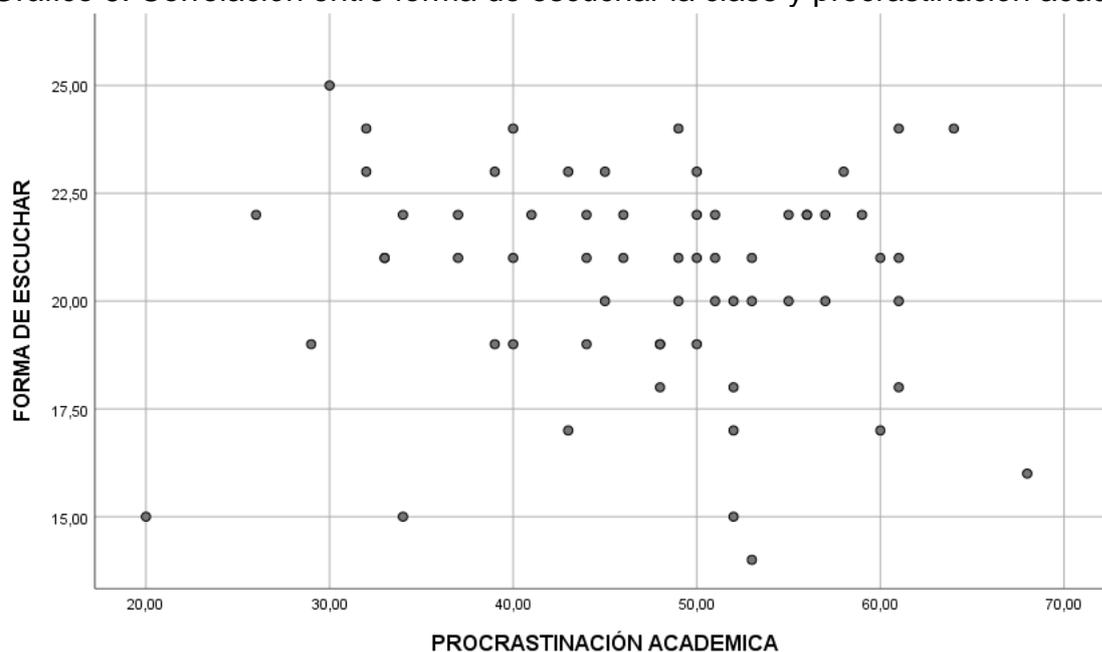
actividades, y estar dispuestos a aprender de los demás. A continuación, se muestra la correlación entre escuchar la clase y procrastinación académica:

Tabla 8.  
Correlación entre forma de escuchar la clase y procrastinación académica

		FORMA DE ESCUCHAR	PROCRASTINACIÓN ACADEMICA
FORMA DE ESCUCHAR	Correlación de Pearson	1	-,061
	Sig. (bilateral)		,635
	N	63	63
PROCRASTINACIÓN ACADEMICA	Correlación de Pearson	-,061	1
	Sig. (bilateral)	,635	
	N	63	63

Nota: Elaboración propia.

Gráfico 6. Correlación entre forma de escuchar la clase y procrastinación académica



En la tabla 8, se muestra la correlación entre la forma de escuchar la clase y la procrastinación académica. La correlación entre estas dos variables es de -0,061. El valor de significancia (Sig.) bilateral es de 0,635, lo que indica que esta correlación no es estadísticamente significativa. Los datos se basan en un tamaño de muestra de 63 para ambas variables. En resumen, según estos resultados, no hay una relación significativa entre

la forma en que los estudiantes escuchan la clase y su tendencia a la procrastinación académica en esta muestra particular. Esto sugiere que, en este grupo de personas estudiadas, no hay una asociación clara entre la manera de prestar atención en clase y su propensión a posponer tareas académicas. Es importante recordar que estos resultados se aplican específicamente a esta muestra y no necesariamente a otros grupos o contextos.

### 3.1.7. Acompañamiento de estudio y su relación con procr. Académica

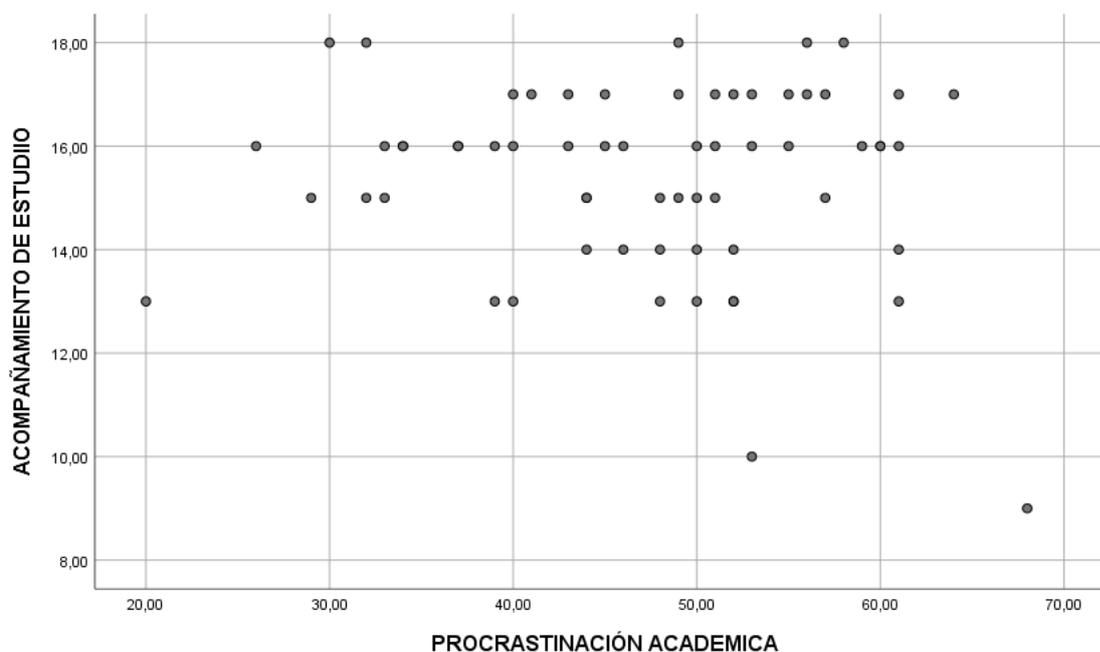
El objetivo principal del acompañamiento de estudio es proporcionar orientación y recursos adicionales para mejorar el rendimiento académico del estudiante. Puede incluir sesiones de tutoría individualizadas, grupos de estudio, retroalimentación personalizada, seguimiento del progreso del estudiante y estrategias de aprendizaje adaptadas a las necesidades específicas de cada estudiante. A continuación, se muestra la correlación entre acompañamiento de estudio y procrastinación académica:

Tabla 9.  
Correlación entre acompañamiento de estudio y procrastinación académica

		ACOMPANIAMIENTO DE ESTUDIO	PROCRASTINACIÓN ACADEMICA
ACOMPANIAMIENTO DE ESTUDIO	Correlación de Pearson	1	-,089
	Sig. (bilateral)		,490
	N	63	63
PROCRASTINACIÓN ACADEMICA	Correlación de Pearson	-,089	1
	Sig. (bilateral)	,490	
	N	63	63

Nota: Elaboración propia.

Gráfico 7. Correlación entre acompañamiento de estudio y procrastinación académica



En la tabla 9, se muestra la correlación entre el acompañamiento de estudio y la procrastinación académica. La correlación entre estas dos variables es de  $-0,089$ . El valor de significancia (Sig.) bilateral es de  $0,490$ , lo que indica que esta correlación no es estadísticamente significativa. Los datos se basan en un tamaño de muestra de 63 para ambas variables. En resumen, según estos resultados, no hay una relación significativa entre el acompañamiento de estudio y la procrastinación académica en esta muestra particular. Esto sugiere que, en este grupo de personas estudiadas, no hay una asociación clara entre recibir acompañamiento en su proceso de aprendizaje y su tendencia a postergar tareas académicas. Es importante recordar que estos resultados se aplican específicamente a esta muestra y no necesariamente a otros grupos o contextos.

### 3.1.9. Correlación entre procrastinación académica y hábitos de estudio

La relación entre procrastinación académica y hábitos de estudio puede variar según los individuos y contextos, pero en general, existe una correlación negativa entre ambas

variables. Esto significa que a medida que la procrastinación académica aumenta, los hábitos de estudio efectivos tienden a disminuir, y viceversa. Los estudiantes que procrastinan tienden a posponer sus tareas académicas importantes, lo que puede llevar a un estudio apresurado y menos eficiente. Esto puede afectar negativamente su rendimiento académico y su capacidad para adquirir conocimientos de manera adecuada. Por otro lado, aquellos estudiantes que tienen buenos hábitos de estudio, como la planificación, organización, establecimiento de metas y la dedicación regular al estudio, son más propensos a evitar la procrastinación y a tener un mejor desempeño en sus actividades académicas. A continuación, se muestra la correlación entre procrastinación académica y hábitos de estudio en la población estudiada:

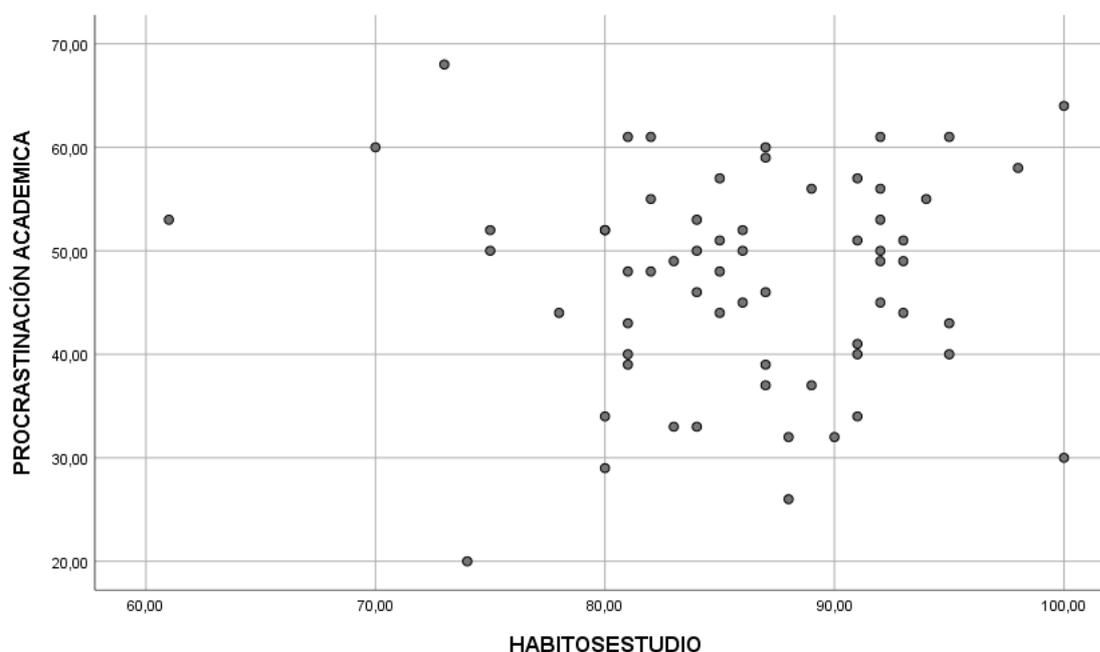
Tabla 10.

**Correlación entre procrastinación académica y hábitos de estudio**

		PROCRASTINACIÓN ACADEMICA	HABITOSESTUDIO
PROCRASTINACIÓN ACADEMICA	Correlación de Pearson	1	-,007
	Sig. (bilateral)		,954
	N	63	63
HABITOSESTUDIO	Correlación de Pearson	-,007	1
	Sig. (bilateral)	,954	
	N	63	63

Nota: Elaboración propia.

Gráfico 8. Correlación entre procrastinación académica y hábitos de estudio



En la tabla 10, se muestra la correlación entre la procrastinación académica y los hábitos de estudio. La correlación entre estas dos variables es de  $-0,007$ . El valor de significancia (Sig.) bilateral es de  $0,954$ , lo que indica que esta correlación no es estadísticamente significativa. Los datos se basan en un tamaño de muestra de 63 para ambas variables. En resumen, según estos resultados, no hay una relación significativa entre la procrastinación académica y los hábitos de estudio en esta muestra particular. Esto sugiere que, en este grupo de personas estudiadas, no hay una asociación clara entre la tendencia a procrastinar y la forma en que se abordan los hábitos de estudio. Es importante tener en cuenta que estos resultados se aplican específicamente a esta muestra y pueden variar en otros grupos o contextos.

### 3.2. Discusión de resultados

En la discusión de los anteriores resultados se revela que en esta muestra particular de estudiantes de VII ciclo del colegio San Antonio Abad en Lima, no se encontraron relaciones significativas entre la autorregulación académica y los hábitos de estudio, la postergación de actividades y los hábitos de estudio, la forma de estudio y la procrastinación

académica, la resolución de tareas y la procrastinación académica, la preparación de exámenes y la procrastinación académica, la forma de escuchar la clase y la procrastinación académica, ni el acompañamiento de estudio y la procrastinación académica; por lo tanto, se acepta la hipótesis alterna o nula y se descarta la hipótesis general. Esto se basa en el análisis estadístico utilizando la correlación de Pearson. El valor de correlación fue de  $-0,007$ , lo que indica que esta correlación no es estadísticamente significativa. Estos resultados se asimilan al aporte de Cordova y Alarcon (2019), quienes evidencian en su tratado que no existe una interacción relevante entre las dos variables ( $p=0,7$ ).

Estos hallazgos sugieren que, en este grupo de estudiantes, los niveles de autorregulación académica y la forma en que abordan los hábitos de estudio no están fuertemente asociados. Además, la tendencia a postergar actividades académicas no parece estar relacionada de manera significativa con la forma en que los estudiantes estudian o resuelven tareas. Por otro lado, el soporte teórico de estos resultados, se apoyan en Vargas (2017) quien sostiene que la procrastinación es una manifestación que parece introducir variados aspectos, entre ellos están los afectivos, cognitivos y conductuales.

Es importante destacar que estos resultados se aplican específicamente a esta muestra y contexto particular, y podrían variar en otros grupos o escenarios educativos. Factores adicionales, como el entorno educativo, la cultura, y las metodologías de enseñanza, podrían influir en las relaciones entre procrastinación académica y hábitos de estudio en diferentes contextos. En estas líneas, Hochstadt et al. (2020) señala que los alumnos que desarrollan hábitos de estudio sólidos, como una planificación estructurada y una gestión adecuada del tiempo, tienden a lograr un rendimiento académico más consistente y satisfactorio a lo largo de su trayectoria educativa, situación que merece relacionarse a la muestra estudiada y a la investigación de Credé et al. (2016) quien encontró una relación relevante entre el uso de hábitos de estudio y la variable rendimiento académico, pues los estudiantes que se dedicaron a prácticas de estudio regulares y planificadas obtuvieron excelentes notas en comparación con aquellos que en realidad no lo hicieron.

Finalmente, dado que la muestra es limitada en tamaño y, en resumen, según los resultados obtenidos en esta muestra particular de estudiantes, no se encontró una correlación relevante entre la procrastinación académica y las diferentes variables relacionadas con el rendimiento académico y hábito de estudio, se sugiere la realización de estudios más amplios y con muestras más representativas para obtener resultados más generalizables y robustos sobre la relación entre estas variables. Asimismo, se recomienda seguir explorando para comprender mejor cómo afectan el rendimiento académico y bienestar de los estudiantes, lo que podría contribuir al diseño de estrategias de apoyo y mejora en el ámbito educativo.

## IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### 4.1. Conclusiones

Basándonos en los anteriores resultados analizados, podemos ultimar que no hay una correlación significativa entre la autorregulación académica y los hábitos de estudio. La correlación entre las dos variables es muy débil (0,036) y no es estadísticamente significativa ( $p=0,779$ ). Esto sugiere que, en este grupo, la autorregulación académica y los hábitos de estudio no están fuertemente relacionados.

También, podemos concluir diciendo que tampoco hay una relación significativa entre la postergación de actividades y los hábitos de estudio. La correlación entre estas dos variables es meramente negativa ( $r=-0,124$ ) pero no es estadísticamente significativa ( $p=0,331$ ). Esto indica que, en esta muestra, la postergación de actividades y los hábitos de estudio no están claramente asociados.

Así mismo, no hay una correlación significativa en la variable forma de estudio y la procrastinación académica. La correlación entre estas dos variables es baja ( $r=0,064$ ) y no es estadísticamente significativa ( $p=0,616$ ). Esto sugiere que, en este grupo, la forma en que se estudia y la tendencia a procrastinar no tienen una relación clara.

Por otro lado, no hay una correlación significativa entre la resolución de tareas y la procrastinación académica. La correlación entre estas dos variables es prácticamente nula ( $r=0,022$ ) y no es estadísticamente significativa ( $p=0,865$ ). Esto indica que, en esta muestra, la habilidad para resolver tareas y la tendencia a procrastinar no están fuertemente relacionadas.

Además, no hay una correlación significativa entre la preparación de exámenes y la procrastinación académica. La correlación entre estas dos variables es muy baja ( $r=0,032$ ) y no es estadísticamente significativa ( $p=0,801$ ). Esto sugiere que, en este grupo, la preparación de exámenes y la tendencia a procrastinar no tienen una asociación clara.

Igualmente, no hay una relación significativa entre la forma de escuchar la clase y la procrastinación académica. La correlación entre estas dos variables es negativa ( $r=-0,061$ ) pero no es estadísticamente significativa ( $p=0,635$ ). Esto indica que, en esta muestra, la forma de escuchar la clase y la tendencia a procrastinar no están claramente asociadas.

Del mismo modo, no hay una correlación significativa entre el acompañamiento de estudio y lo que es la procrastinación académica. La correlación entre estas dos variables es negativa ( $r=-0,089$ ) pero no es estadísticamente significativa ( $p=0,490$ ). Esto sugiere que, en este grupo, el acompañamiento de estudio y la tendencia a procrastinar no están claramente asociados.

Por último, según estos resultados, en esta muestra particular de 63 personas estudiadas, no se encuentran relaciones significativas entre las variables de estudio mencionadas (postergación de actividades, autorregulación académica, forma de estudio, resolución de tareas, preparación de exámenes, forma de escuchar la clase y acompañamiento de estudio) y la procrastinación académica. Es relevante tener en cuenta que estos efectos son específicos de esta muestra y no necesariamente representan la realidad de otras poblaciones o contextos. Por ende, se toma la Hipótesis alterna o Nula la cual afirma que no existe correlación en estas variables estudiadas.

## **4.2. Recomendaciones**

Para futuros estudiantes, es crucial realizar una investigación detallada sobre la procrastinación y su interrelación con factores clave como la motivación y el rendimiento académico. Este estudio busca validar la influencia mutua entre estas variables, ofreciendo una comprensión más profunda de su conexión. Además, amplía estos análisis a diferentes niveles educativos, desde la educación primaria hasta la superior, enriquecerá significativamente nuestra comprensión del tema. Esta ampliación del enfoque permitirá evaluar si existe una medición consistente entre estas variables en distintos entornos

académicos, proporcionando así una visión más completa y contextualizada del fenómeno de la procrastinación en el ámbito educativo.

A la directora implementar programas de desarrollo continuo, dirigidos al cuerpo docente y directivo de las instituciones educativas locales. Estos programas están diseñados para capacitar al personal en técnicas eficaces de gestión del tiempo. El objetivo principal es equipar a los educadores con herramientas prácticas para una planificación más efectiva. Esta iniciativa busca impactar positivamente en la calidad de su enseñanza, potenciando sus habilidades pedagógicas y mejorando la preparación y ejecución de las actividades educativas, en beneficio directo de la experiencia de aprendizaje de los estudiantes.

A los docentes estructurar la planificación de eventos educativos destinados a estudiantes de todos los niveles académicos. El propósito es generar una mayor conciencia sobre la importancia de los hábitos de estudio y fomentar la implementación gradual de mejoras prácticas. Esta estrategia tiene como objetivo principal estimular un rendimiento académico más elevado y consistente entre los estudiantes, propiciando un entorno de aprendizaje más efectivo y enriquecedor.

A los tutores resulta fundamental promover la participación de todos los estudiantes mediante actividades que estimulan un pensamiento profundo sobre temas de interés compartido. Igualmente, importante es proveerles técnicas y estrategias de aprendizaje que no solo mejoren su rendimiento académico, sino que también cultiven hábitos de estudio efectivos para un aprendizaje más significativo y autónomo."

## REFERENCIAS

- Abasto, P. (2016). Hábitos de estudio: lo que se aprende en la escuela y lo que requiere la universidad. *Revista Iberoamericana de Educación*, 71(2), 91-108. <https://doi.org/10.35362/rie71218>
- Agbade, P., & Ashibekong, F. (2021). Understanding the dynamics of academic procrastination among tertiary institution students in Nigeria: the need for proper guidance of the students. *Journal of educational management*, 3(1), 1-10. <https://www.bsum.edu.ng/journals/jem/vol3n1/files/29.pdf>
- Alegre, A. A. (2013). Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Propósitos Y Representaciones*, 1(2), 57–82. <https://doi.org/10.20511/pyr2013.v1n2>
- Álvarez, O. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Persona*, (13), 159-177. Recuperado de <https://doi.org/10.26439/persona2010.n013.270>
- Barber, J., & Solomonov., N. (2016). Teorías psicodinámicas. *Handbook of Cínical Psychology*, Vol. 2. <http://dx.doi.org/10.1037/14773-003>
- Bernal, C (2016). *Metodología de la investigación*. (3ed). Pearson.
- Burns, M., Houser, M., & Farris, K. (2018). Theory of planned behavior in the classroom: An examination of the instructor confirmation-interaction model. *High Educ*, 75(1), 1091–1108. <https://doi.org/10.1007/s10734-017-0187-0>
- Cáceres, P., Zeballos, B., Cortés, M. y Aguirre, J. (2021). Resguardos Éticos en investigación científica en tiempos de pandemia, revisión sistemática. *Revista de estudiantes de medicina del sur*, 9(1). 56-62. <http://rems.ufro.cl/index.php/rems/article/view/138>
- Carreño, J. (2016). Consentimiento informado en investigación Clínica: un proceso dinámico. *Persona y bioética*, 20(2), 232-243. <https://doi.org/10.5294/PEBI.2016.20.2.8>
- Chen, L., Wang, S., & Zhao, Q. (2022). Research on the Influencing Factors of College English Learning Willingness Based on the Theory of Planned Behavior. *Creative Education*, 13(10), 3128-3143. <https://doi.org/10.4236/ce.2022.1310197>

- Córdova, P., y Alarcón, A. (2019). Hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes universitarios en Lima Norte. *CASUS. Revista De Investigación Y Casos En Salud*, 4(1). <https://doi.org/10.35626/casus.1.2019.161>
- Coronado, C. (2018). *Procrastinación académica y hábitos de estudio en alumnos de quinto grado de secundaria en una institución educativa de Chiclayo 2018* [Tesis de Licenciatura]. Repositorio Institucional USS <https://hdl.handle.net/20.500.12802/6653>
- Credé, M. y Kuncel, N. (2016). Hábitos de estudio, habilidades y actitudes: el tercer pilar que sustenta el desempeño académico universitario. *Perspectivas sobre la ciencia psicológica*, 11(4), 481-498.
- Credé, M., y Phillips, L. (2021). Una revisión metaanalítica de la relación entre las estrategias de aprendizaje y el rendimiento académico. *Revista de Psicología Educativa*, 113(3), 476-511.
- Díaz, J. (2001). *La educación en la Antigua Grecia*. Universidad de Salamanca.
- De la Cruz, A. (2022). *Estrategias financieras para mejorar la liquidez de la empresa Inversiones Pesqueras HB S.A.C, Chiclayo, 2019* [Tesis de licenciatura]. Repositorio Institucional USS. <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/9376>
- Deborah Ann Busko (1998). *Causes and consequences of perfectionism and procrastination: A structural equation model*. [Tesis de maestría] Institutional Repository University of Guelph. <https://hdl.handle.net/10214/20169>
- Galindo, H. (2020). *Estadística para no estadísticos. Una guía básica sobre la metodología cuantitativa de trabajos académicos*. Editorial Área de Innovación y Desarrollo, S. L. <https://doi.org/10.17993/EcoOrgyCso.2020.59>
- Gomez, L. (2021). Relación entre hábitos de lectura y procrastinación en estudiantes de derecho de una universidad privada de Arequipa 2019 - 2020. [Tesis de maestría]. Repositorio Institucional de la UNSA. <http://hdl.handle.net/20.500.12773/12358>
- Guevara, P. (2017) . *Propiedades psicométricas de la escala procrastinación académica en adolescentes del distrito de Víctor Larco Herrera* [Tesis de

licenciatura]. Repositorio Institucional UCV.  
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/607>

- Hagger, M. (2019). Habit and physical activity: Theoretical advances, practical implications, and agenda for future research. *Psychology of Sport & Exercise*, 42(1), 118-129. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.12.007>
- Hochstadt, M., Leidner, A. y Wiese, BS (2020). El papel de los hábitos en la atención sostenida y el rendimiento académico. *Aprendizaje e Instrucción*, 67, 101317.
- Hua, J. (2022). The Role of Study Habits in the Relationships Among Self-Esteem, Self-Control, and Academic Performance: The Case of Online English Classes. *Journal of language teaching and research*, 13(3), 600-608. <https://doi.org/10.17507/jltr.1303.16>
- Ibrahim, A., Belarga, S., Causing, M., Pandaraoan, S., & Gonzaga, E. (2022). Self-Efficacy and Academic Procrastination among Tourism and Hospitality Students in the New Normal of Education. *Journal of Hospitality*, 4(1), 1-14. <http://htmjournals.com/jh/index.php/jh/article/view/52>
- Lammers, J., Dubois, D., Jordan, J., & Zilverstand, A. (2018). Los sentimientos como teoría de la información. *Direcciones Actuales en Ciencias Psicológicas*, 27(5), 374-379.
- Miyake, A., & Kane, M. (2022). Toward a Holistic Approach to Reducing Academic Procrastination With Classroom Interventions. *Current Directions in Psychological Science*, 31(4), 291-304. <https://doi.org/10.1177/09637214211070814>
- Natividad, L. (2014). *Análisis de la procrastinación en estudiantes universitarios* [Tesis doctoral]. Repositorio Institucional de la Universidad de Valencia. <http://hdl.handle.net/10550/37168>
- Nungari, M., Nyambura, C., & Ileri, A. (2022). Antecedents Of Academic Procrastination And Its Relationship To Academic Achievement In Kiambu County, Kenya. *International Journal of Innovative Research and Advanced Studies (IJIRAS)*, 9(2), 38-46. [https://www.ijiras.com/2022/Vol\\_9-Issue\\_2/paper\\_5.pdf](https://www.ijiras.com/2022/Vol_9-Issue_2/paper_5.pdf)
- Oriol, M. (2014). Tipología de la Akrasía en Aristóteles. *Revista de Filosofía*, N°9, 35-54.

PISA. (2018), *Programa de Evaluación Internacional de Estudiantes*.

Ramos, P. (2018). Correlación entre la clase magistral y la toma de apuntes de los estudiantes de maestría de la Universidad San Pedro de Chimbote de Arequipa 2017 [Tesis de maestría]. Repositorio Institucional de UNSA. <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/8713>

Reluz-Barturén, F., Chanduví-Calderón, W., Cervera-Vallejos, M., Ballena-De la Cruz, A., Taboada-Montaño, L. & Moyano-Muñoz, J. (2022). *Bases éticas en la investigación científica y su divulgación*. Universidad Tecnocientífica del Pacífico. [https://tecnocientifica.com.mx/editorial\\_tecnocie/index.php/editorialutp/catalog/book/84](https://tecnocientifica.com.mx/editorial_tecnocie/index.php/editorialutp/catalog/book/84)

Rodríguez (2016). Procrastinación en estudiantes universitarios: su relación con la edad y el curso académico. *Revista Colombiana de Psicología*, 26(1), 45-60. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5846230>

Rodríguez, A. & Clariana, M. (2017). Procrastinación en estudiantes universitarios: su relación con la edad y el curso académico. *Revista Colombiana de Psicología*, 26(1), 45-60. <https://doi.org/10.15446/rcp.v26n1.53572>

Sirois, F., y Pychyl, T. (2016). La procrastinación y la prioridad de la regulación del estado de ánimo a corto plazo: consecuencias para el yo futuro. *Brújula de psicología social y de la personalidad*, 10(10), 625-639.

Solomon, L., y Rothblum, E. D. (1984). Procrastinación académica: Frecuencia y correlatos cognitivo-conductuales. *Revista de psicología de consejería*, 31(4), 503–509. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.4.503>

Steel, P. (2016). *Procrastinación. ¿Por qué dejamos para mañana, lo que podemos hacer hoy?*. Editorial GRIJALBO.

Steel, P. y Ferrari J. (2012). Sex, education and procrastination: An epidemiological study of procrastinators's characteristics from a global sample. *European Journal of Personality*, 27(1), 51-58. Recuperado en: <https://doi.org/10.1002/per.1851>

Steel, P., y Klingsieck, KB (2019). Procrastinación académica: antecedentes psicológicos revisados. *Psicólogo australiano*, 54(3), 222-232.

Svartdal, F., Dahl, T., Gamst-Klaussen, T., Koppenborg, M., & Klingsieck, K. (2020). How Study Environments Foster Academic Procrastination: Overview and Recommendations. *Frontiers in Psychology* , 11(1), 1-13.  
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.540910>

Vicuña, (1998). *Inventario de hábitos de estudio*. (3° ed.). Lima: LAVP

Zarate N, Soto M, Martinez E, Castro M, Garcia R & Lopez N (2018) Hábitos de estudio y estrés en estudiantes del área de Salud (España) recuperado de [https://scielo.isciii.es/scielo.php?Script=sci\\_arttext&pid=s2014-9832201800030007](https://scielo.isciii.es/scielo.php?Script=sci_arttext&pid=s2014-9832201800030007)

Zarate, N., Flores, P., Achoy, L., y Ramos, M. (2020). *Procrastinación académica en estudiantes de medicina - México*  
<http://portal.amelica.org/ameli/jatsrepo/382/3821580017/3821580017.pdf>

## ANEXOS

## RESOLUCIÓN DE PROYECTO



Pimentel, 07 de junio del 2022

**VISTO:**

El oficio N° 0074-2022/FH-DTS-USS de fecha 26 de mayo del 2022, presentado por la Escuela Profesional de Trabajo Social, en el cual se establece la procedencia para la aprobación de los proyectos de tesis del CURSO-TALLER ELABORACIÓN DE TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN ACTUALIZACIÓN DE TESIS DE PREGRADO Y POSGRADO DE UNIVERSIDADES NO LICENCIADAS, de la escuela profesional de Trabajo Social; Y;

**CONSIDERANDO:**

Que, la Constitución Política del Perú en su Artículo 18° establece que: *"La educación universitaria tiene como fines la formación profesional, la difusión cultural, la creación intelectual y artística y la investigación científica y tecnológica (...) Cada universidad es autónoma en su régimen normativo, de gobierno, académico, administrativo y económico. Las universidades se rigen por sus propios estatutos en el marco de la Constitución y de las leyes."*

Que, acorde con lo establecido en el Artículo 8° de la Ley Universitaria, Ley N° 30220, *"La autonomía inherente a las Universidades se ejerce de conformidad con lo establecido en la Constitución, la presente ley demás normativa aplicable. Esta autonomía se manifiesta en los siguientes regímenes: normativo, de gobierno, académico, administrativo y económico"*. La Universidad Señor de Sipán desarrolla sus actividades dentro de su autonomía prevista en la Constitución Política del Estado y la Ley Universitaria N° 30220.

Que, acorde con lo establecido en la Ley Universitaria N°30220; indica:

- Artículo N° 6°: Fines de la Universidad, Inciso 6.5) "Realizar y promover la investigación científica, tecnológica y humanística la creación intelectual y artística".

Que, el Reglamento de Investigación de la USS Versión 8, aprobado con Resolución de Directorio N°015-2022/PD-USS, señala:

- Artículo 72°: Aprobación del tema de investigación: El Comité de Investigación de la escuela profesional eleva los temas del proyecto de investigación y del trabajo de investigación que esté acorde a las líneas de investigación institucional a Facultad para la emisión de la resolución.
- Artículo 73°: Aprobación del proyecto de investigación: El (los) estudiante (s) expone ante el Comité de Investigación de la escuela profesional el proyecto de investigación para su aprobación y emisión de la resolución de facultad.

Que, Reglamento de Grados y Títulos Versión 07 aprobado con resolución de directorio N° 086-2020/PD-USS, señala:

- Artículo 21°: "Los temas de trabajo de investigación, trabajo académico y tesis son aprobados por el Comité de Investigación y derivados a la facultad o Escuela de Posgrado, según corresponda, para la emisión de la resolución respectiva. El periodo de vigencia de los mismos será de dos años, a partir de su aprobación (...).
- Artículo 24°: *"La tesis, es un estudio que debe denotar rigurosidad metodológica, originalidad, relevancia social, utilidad teórica y/o práctica en el ámbito de la escuela académico profesional (...)"*.
- Artículo 25°: *"El tema debe responder a alguna de las líneas de investigación institucionales de la USS S.A.C."*

Que, visto el oficio N° 0074-2022/FH-DTS-USS de fecha 26 de mayo del 2022, en el cual se establece la procedencia para la aprobación de los proyectos de tesis del CURSO-TALLER ELABORACIÓN DE TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN ACTUALIZACIÓN DE TESIS DE PREGRADO Y POSGRADO DE UNIVERSIDADES NO LICENCIADAS, de la escuela profesional de Trabajo Social, quienes cumplen con los requisitos, por lo que se debe proceder a su inscripción respectiva, con fines de sustentación.

Estando a lo expuesto y en uso de las atribuciones conferidas y de conformidad con las normas y reglamentos vigentes a Pimentel

ADMISSIONES E INFORMES  
074 481610 - 074 481632  
CAMPUS USS  
Pimentel, Chiclayo, Perú

Distribución: Rectorado, Vicerrectorado Académico, Vicerrectorado de Investigación, Decanos de Facultad, Jefes de Oficina, Jefes de Área, Archivo.

**SE RESUELVE:**

**ARTÍCULO PRIMERO:** APROBAR los **PROYECTOS DE TESIS** del **CURSO-TALLER ELABORACIÓN DE TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN ACTUALIZACIÓN DE TESIS DE PREGRADO Y POSGRADO DE UNIVERSIDADES NO LICENCIADAS** de la escuela profesional de Trabajo Social, que a continuación se detalla:

N°	APELLIDOS Y NOMBRES	PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN
1	BORJAS GUTIERREZ KELLY MELINA	"DESINTEGRACIÓN FAMILIAR Y RENDIMIENTO ESCOLAR EN ESTUDIANTES DEL SEGUNDO GRADO DEL COLEGIO 22336, SAN JOSÉ DE LOS MOLINOS - ICA 2022"
2	- SANTA CRUZ ANCHANTE MAYRA ALEJANDRA - VEGA ALCANTARA HERICA LUCIANA	"HABILIDADES SOCIALES Y CONVIVENCIA ESCOLAR EN ALUMNOS DE 4TO Y 5TO DE SECUNDARIA DE LA I.E.P N° 20927, MALA 2022"
3	HUERTAS QUIRI PAMELA JAZMIN	"BIENESTAR SOCIAL Y CLIMA LABORAL EN EL PERSONAL DEL ÁREA DE CONTABILIDAD DE LA EMPRESA PICORP, 2022"
4	TARAMONA VERDI, PATRICIA ISABEL	"EFECTOS DEL AISLAMIENTO SOCIAL EN LA CALIDAD DE VIDA DEL CONSORCIO PUENTE DEL SUR, 2022"
5	- CUSTODIO INCIO ZOILA LILIANA - BURGOS MARCA ROSALYNN CONSUELO	"CLIMA SOCIAL FAMILIAR Y CALIDAD DE VIDA DE LOS USUARIOS DEL PROGRAMA PADOMI, JESÚS MARÍA - LIMA, 2020"
6	VILLASANTE VALDEZ SOLSIREE	"CLIMA ORGANIZACIONAL Y SATISFACCIÓN LABORAL DEL PERSONAL DE SALUD EN EL C.S. JICARMARCA - LURIGANCHO, 2022"
7	- SOVERO HUATUCO GREISY PAOLA - VALDIVIA SUCLUPE LEYCI JASMIN JOCELYN	"LA MOTIVACIÓN Y EL DESEMPEÑO LABORAL EN TRABAJADORES DE PRODUCCIÓN DE UNA EMPRESA DE ALIMENTOS DE LIMA SUR, AÑO 2022"
8	- SANTOS RINZA CINTIA JANETH - TAPIA FARFAN MARISOL ANDREA	"CALIDAD DE VIDA Y BIENESTAR SOCIAL DE LOS MIGRANTES VENEZOLANOS RESIDENTES EN EL DISTRITO DEL CERCAO DE LIMA, 2022"
9	RÍOS ADANAQUÉ NOEMÍ	"ESTRÉS LABORAL Y CLIMA LABORAL EN TELEOPERADORES DE ESSALUD EN LÍNEA DE LIMA Y CALLAO, 2022"
10	- OLAYA MARLE ANGELA KATHERINE - KOOCHOI ROMERO ANAPAUOLA GABRIELA	"PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN ALUMNAS DEL VII CICLO DE LA I.E.P. "SAN ANTONIO ABAD", LIMA, 2022"
11	VARGAS MARTÍNEZ ELENA PAULINA	"CLIMA LABORAL Y COMPROMISO ORGANIZACIONAL DEL PERSONAL ADMINISTRATIVO DE LA DIRECCIÓN REGIONAL DE SALUD APURÍMAC EN TIEMPOS DE LA COVID 19, 2022"
12	- AVILA CASO KAREN MARLENI - VÁSQUEZ LÓPEZ JESSICA ALEXANDRA	"CLIMA ORGANIZACIONAL Y SATISFACCIÓN LABORAL EN LOS TRABAJADORES DEL SECTOR DE LIMPIEZA HOSPITALARIA -SERVIGEN DE JESÚS MARÍA, 2022"
13	PASACHE QUISPE KARIM PAMELA	"APOYO SOCIAL Y DEPRESIÓN EN ADULTOS MAYORES, CARPAM "SAN JUAN DE DIOS", ICA - 2022"
14	SEGURA MARQUEZ CARLA ANDREA	"ESTRÉS Y DESEMPEÑO LABORAL EN COLABORADORES DE ESTUDIOS GENERALES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA EN LIMA, 2022"
15	- ACHA PAREDES PAMELA MARIA - REYES ALCALA CAMILA FERNANDA	"CLIMA SOCIAL FAMILIAR Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL 5TO DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, ATE, 2022"

**ARTÍCULO SEGUNDO:** DISPONER que las áreas competentes tomen conocimiento de la presente resolución con la finalidad de dar las facilidades para la ejecución de la presente Investigación.

**REGÍSTRESE, COMUNÍQUESE Y ARCHÍVESE**


**Dra. Dioses Lescano Nelly**  
Decana de la Facultad de Derecho y Humanidades

**ADMISIÓN E INFORMES**

481610 - 074 481632

**IPUS USS**


**Mg. Delgado Vega Paula Elena**  
Secretaria Académica Facultad de Derecho y Humanidades

Distribución: Rectorado, Vicerrectorado Académico, Vicerrectorado de Investigación, Decanos de Facultad, Jefes de Oficina, Jefes de Área, Archivo.

## AUTORIZACIÓN PARA EL RECOJO DE INFORMACIÓN



### AUTORIZACIÓN PARA EL RECOJO DE INFORMACIÓN

Lima 09 de Junio del 2022

**Quien suscribe:**

**Sra.**

**Directora Leyla Olano Salirrosas de la I.E.P San Antonio Abad**

AUTORIZA: Permiso para recojo de información pertinente en función del proyecto de investigación, denominado: "Procrastinación académica y Hábitos de estudio en alumnos del VII ciclo de la I.E.P San Antonio Abad, Lima 2022"

Por el presente, el que suscribe, señorita Directora Leyla Olano Salirrosas, representante legal de la empresa: I.E.P San Antonio Abad AUTORIZO a las alumnas: Anapaula Gabriela Koochoi Romero, identificado con DNI N°72078690 y Angela Katherine Olaya Marie identificado con DNI N°72227390, estudiantes de la Escuela Profesional de Trabajo Social y autoras del trabajo de investigación denominado: "Procrastinación académica y Hábitos de estudio en alumnos del VII ciclo de la I.E.P San Antonio Abad, Lima 2022" al uso de dicha información que conforma el expediente técnico así como hojas de memorias, cálculos entre otros como planos para efectos exclusivamente académicos de la elaboración de tesis de titulación de Trabajo Social, enunciada líneas arriba de quien solicita se garantice la absoluta confidencialidad de la información solicitada.

Atentamente.



Leyla Olano Salirrosas  
DNI N° 16640816  
Directora

## CONSENTIMIENTO INFORMADO

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

El propósito de este protocolo es brindarle información sobre el proyecto de investigación y solicitar su consentimiento.

El estudio lleva por título "Procrastinación académica y hábitos de estudio en alumnos de VII ciclo de la IEP. San Antonio Abad, Lima 2022". Este proyecto es dirigido por Anapaula Gabriela Koochoi Romero y Olaya Marle Angela Katherine, ambas con grado de Bachiller en Trabajo Social. El objetivo de la investigación es determinar la relación entre la procrastinación y los hábitos de estudio de los alumnos de VII ciclo de la I.E.P San Antonio Abad, Lima 2022. Para lograrlo, le solicitamos amablemente la participación de su hijo/a en el llenado de estos cuestionarios, lo cual tomará aproximadamente 15 minutos de su tiempo.

La participación en la investigación es completamente voluntaria, y usted puede decidir interrumpirla en cualquier momento sin que esto cause ningún perjuicio. Asimismo, la participación de su hijo/a en este cuestionario no causará ningún daño, ni en el ámbito académico ni en ningún otro aspecto, ya que se cuenta con la autorización correspondiente. Si tiene alguna pregunta acerca de la investigación, puede hacerla en cualquier momento conveniente. La identidad de su hijo/a será tratada de manera anónima; es decir, las investigadoras no conocerán la identidad de quien complete el cuestionario. Además, la información será analizada en conjunto con las respuestas de sus compañeros y será utilizada para la elaboración de nuestra tesis para obtener nuestro título como Licenciadas en Trabajo Social. Por otro lado, la información recolectada será conservada durante cinco años contados desde la publicación de los resultados, en una computadora bajo la responsabilidad de las investigadoras.

Si decide otorgar su consentimiento para la participación de su hijo/a, los responsables garantizan la seguridad en el tratamiento de los datos personales proporcionados, de acuerdo con la Ley de Protección de Datos Personales.

Sí acepto



  
LEYLA R. OLANO SALIRROSAS  
DIRECTORA

## INSTRUMENTOS

### ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

Deborah Ann Busko (1998)  
Adaptación: Óscar Álvarez

Sexo:

Edad:

Grado:

**Instrucciones:** A continuación se les muestra una serie de enunciados sobre su forma de estudiar, con atención lea cada uno de los enunciados y responda según su criterio y marque la respuesta que crea conveniente para usted.

<b>SIEMPRE</b>	<b>CASI SIEMPRE</b>	<b>A VECES</b>	<b>CASI NUNCA</b>	<b>NUNCA</b>
----------------	---------------------	----------------	-------------------	--------------

Nº	ÍTEM	S	CS	A	CN	N
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 me asignan lecturas, las leo la noche anterior					
4	Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase					
5	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda					
6	Asisto regularmente a clases					
7	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible					
8	Postergó los trabajos de los cursos que no me gustan					
9	Postergó las lecturas de los cursos que no me gustan					
10	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio					
11	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea Aburrido					
12	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio					
13	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra					
14	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas					
15	Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy					
16	Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea					

**INVENTARIO DE HÁBITOS DE ESTUDIO  
CASM – 85 / REVISIÓN 2014**

**SEXO:** F M **EDAD:** \_\_\_\_ **FECHA** \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_ **GRADO:** \_\_\_\_\_

**INSTRUCCIONES:** Este documento es denominado como Inventario de Hábitos de Estudio, que les permitirá conocer las diversas maneras más dominantes de labor en su vida académica, de esta forma se podrán excluir aquellos comportamientos o conductas que pueden dañar y evitar que tengan un futuro con éxito en sus estudios. Por ende, solo deberán marcar con una X en el cuadro donde crean más conveniente y describan específicamente su situación.

**NOTA:** Conteste según su criterio y no según la opinión de sus compañeros

**1. CÓMO ESTUDIA USTED?**

PREGUNTA	SIEMPRE	NUNCA
1. Leo todo lo que tengo que estudiar subrayando los puntos más importantes		
2. Subrayo las palabras cuyo significado no se		
3. Regreso a los puntos subrayados con el propósito de aclararlo		
4. Busco de inmediato en el diccionario el significado de las palabras que no se		
5. Me hago preguntas y me respondo en mi propio lenguaje lo que he comprendido		
6. Luego, escribo en mi propio lenguaje lo comprendido		
7. Doy una leída parte por parte y repito varias veces hasta recitarlo de memoria		
8. Trato de memorizar todo lo que estudio		
9. Repaso todo lo que he estudiado después de 4 a 8 horas		
10. Me limito a dar una leída general a todo lo que tengo que estudiar		

11. Trato de relacionar el tema que estoy estudiando con otros temas y estudiados		
12. Estudios sólo para los exámenes		

## 2. ¿CÓMO HACE USTED SUS TAREAS?

PREGUNTA	SIEMPRE	NUNCA
13. Leo la pregunta, busco en el libro y escribo la respuesta casi como dice el libro		
14. Leo la pregunta, busco en el libro, leo todo y luego contesto según lo que he comprendido		
15. Las palabras que no entiendo, las escribo como están en el libro sin averiguar su significado		
16. Le doy mas importancia al orden y presentación del trabajo que a la comprensión del tema		
17. En mi casa, me falta tiempo para terminar con mis tareas, las completo en el colegio preguntando a mis amigos		
18. Pido ayuda a mis padres y a otras personas y dejo que me resuelvan todo o gran parte de la tarea		
19. Dejo para último momento la ejecución de mis tareas por eso no las concluyó dentro del tiempo fijado		
20. Empiezo a resolver una tarea, me canso y paso a otra		
21. Cuando no puedo resolver me da rabias o mucha cólera y ya no la hago		
22. Cuando tengo varias tareas empiezo por la más difícil y luego voy pasando a las más fáciles		

## 3. CÓMO PREPARA USTED SUS EXÁMENES?

PREGUNTA	SIEMPRE	NUNCA
23. Estudio por lo menos dos horas todos los días		
24. Espero que se fije la fecha de un examen o evaluación para poder estudiar		
25. Cuando hay examen oral, recién en el salón de clases me pongo a revisar mis apuntes		

26. Me pongo a estudiar el mismo día del examen		
27. Repaso momentos antes del examen		
28. Preparo mi plagio por sea caso me olvido un tema		
29. Confío que mi compañero me "sople" alguna respuesta en el momento del examen		
30. Confío en mi buena suerte por eso solo estudio aquellos temas que supongo que el profesor preguntará		
31. Cuando tengo dos o más exámenes el mismo día empiezo a estudiar por el tema más difícil y luego por el más fácil		
32. Me presento a rendir mis exámenes sin haber concluido con el estudio de todo el tema		
33. Durante el examen se me confunden los temas, se me olvida lo que he estudiado		

#### 4. ¿CÓMO ESCUCHA USTED SUS CLASES?

PREGUNTA	SIEMPRE	NUNCA
34. Trato de tomar apuntes de todo lo que dice el profesor		
35. Solo tomo apuntes de las cosas más importantes		
36. Inmediatamente después de las cosas más importantes		
37. Cuando el profesor utiliza alguna palabra que no se, levanto la mano y pido su significado		
38. Estoy más atento a las bromas de mi compañero que a la clase		
39. Me caso rápidamente y me pongo a hacer otras cosas		
40. Cuando me aburro me pongo a jugar o conversar con mi amigo		
41. Cuando no puedo tomar nota de lo que dice el profesor me aburro y lo dejo todo		
42. Cuando no entiendo un tema mi mente se pone a pensar, soñar despierto		
43. Mis imaginaciones o fantasías me distraen durante las clases		

44. Durante las clases me distraigo pensando lo que voy a hacer a la salida		
45. Durante las clases me gustaría dormir o tal vez irme de clases		
46. Durante las clases atiendo llamadas o mensajes de mi celular		

### 5. QUE ACOMPAÑA SUS MOMENTOS DE ESTUDIO?

PREGUNTA	SIEMPRE	NUNCA
47. Requero de musica, sea de radio o del mini componente		
48. Requero de la compañía de la TV		
49. Requero de tranquilidad y silencio		
50. Requero de algun alimento que como mientras estudio		
51. Su familia, que conversan, ven TV o escucha música		
52. Interrupciones por parte de sus padres pidiendo algún favor		
53. Interrupciones de visitas, amigos, que le quitan el tiempo		
54. Interrupciones sociales, fiestas, paseos, citas, etc		
55. Estar conectado, por mi celular u otro medio, con mis redes sociales		

## MATRIZ DE CONSISTENCIA

Título	Problema	Objetivo General	Objetivos específicos	Hipótesis	Variables	Dimensiones	Tipo y diseño de investigación	Población y muestra		
Procrastinación académica y hábitos de estudio en alumnos de VII ciclo de la I.E.P Santa Antonio Abad, Lima 2022	¿Qué relación existe entre la procrastinación académica y hábitos de estudio en alumnos de VII ciclo de la I.E.P Santa Antonio Abad, Lima 2022?	Determinar la relación entre la procrastinación académica y hábitos de estudio en alumnos de VII ciclo de la I.E.P Santa Antonio Abad, Lima 2022	<b>Identificar</b> la relación que existe entre autorregulación académica y hábitos de estudio, de los alumnos de VII ciclo de la I.E.P San Antonio Abad, Lima 2022	Existe relación significativa entre la procrastinación y hábitos de estudio en los alumnos de VII ciclo de la I.E.P San Antonio Abad, Lima 2022	<b>Variable 1:</b> Procrastinación académica VI	a. Autorregulación académica	<b>a. Tipo de investigación:</b> La presente investigación es de tipo hipotética deductiva por que se busca obtener un mejor conocimiento de la procrastinación académica y su relación con los hábitos de estudio en el nivel escolar y, por su profundidad es descriptiva correlacional ya que tiene como objeto de estudio la relación entre la procrastinación académica y los hábitos de estudio.	La presente investigación esta conformada por una población de 63 alumnos de la I.E.P San Antonio Abad, donde se considero el VII ciclo.		
			b. Postergación de actividades							
			<b>Establecer</b> la relación que existe entre postergación de actividades con hábitos de estudio, de los alumnos de VII ciclo de la I.E.P San Antonio Abad, Lima 2022			Existe relación significativa entre la procrastinación y hábitos de estudio en los alumnos de VII ciclo de la I.E.P San Antonio Abad, Lima 2022	<b>Variable 2:</b> Hábitos de estudio VD		a. Forma de estudio	<b>b. Tipo de diseño:</b> El presente estudio es una investigación aplicada dentro de un diseño no experimental - transversal de alcance correlacional. La investigación es no experimental ya que no se aplico ningún programa sobre las variables de procrastinación académica y hábitos de estudio, dándose de forma natural los hechos y asu vez es transversal ya que se recolectaron los
			<b>Distinguir</b> la relación que existe entre forma de estudio con procrastinación académica, de las alumnas de VII ciclo de la I.E.P Santa Antonio Abad, Lima 2022						b. Resolución de tareas	
			<b>Precisar</b> la relación que existe entre resolución de tareas con procrastinación académica, de los alumnos de VII ciclo de la I.E.P San Antonio Abad, Lima 2022.						c. Preparación de exámenes	
			<b>Exponer</b> la relación que existe entre preparación de exámenes con procrastinación académica, los alumnos de VII ciclo de la I.E.P San Antonio Abad, Lima 2022							
			<b>Encontrar</b> la relación que existe entre escuchar la clase con procrastinación académica, los alumnos de VII ciclo de la I.E.P San Antonio Abad, Lima 2022							
<b>Indicar</b> la relación que existe entre acompañamiento de										

			estudio con procrastinación académica, los alumnos de VII ciclo de la I.E.P San Antonio Abad, Lima 2022			d. Forma de escuchar las clases	datos en un solo momento y en un tiempo unico	
						e. Acompañamiento al estudio		

## EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS



Foto 1. Estudiantes del VII ciclo llenando el cuestionario



Foto 2. Autora de la investigación aplicando el cuestionario



Foto 3. Autora de la investigación aplicando el cuestionario