

# PROCRASTINACIÓN, ACADÉMICA, Y, ANSIEDAD, EN ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR PRIVADO DE COMERCIO EXTERIOR, LIMA, 2022

*por* Julio Ronaldo Díaz Tantarico

---

**Fecha de entrega:** 22-dic-2022 04:40p.m. (UTC-0500)

**Identificador de la entrega:** 1985993985

**Nombre del archivo:** 1.\_Informe\_de\_tesis\_Julio\_D\_az\_y\_Katherine\_Peche\_1.docx (208.02K)

**Total de palabras:** 11419

**Total de caracteres:** 68549

**5**  
**PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y ANSIEDAD EN  
ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR  
PRIVADO DE COMERCIO EXTERIOR, LIMA, 2022.**

**AUTORES**

Br. Julio Ronaldo Díaz Tantarico

Br. Katherine Lizet Peche Balcázar

## CAPÍTULO I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

### 1.1. Planteamiento del problema

Durante los últimos años, se ha incrementado exponencialmente los problemas que aquejan a los estudiantes de educación superior, uno de estos problemas es la procrastinación académica en donde se involucran una serie de componentes socioemocionales y actitudinales, que hacen factible que los estudiantes dilaten la entrega de trabajos llegando a experimentar malestar a nivel psicofísico (Trías & Carbajal, 2020).

Por su parte, Cárdenas, et. al (2021) indican que, la procrastinación académica se presenta como una predisposición irracional de aplazar aquellas actividades que necesitan ser culminadas, pero, los estudiantes las consideran como tediosas prefiriendo aplazarlas, y que al pasar el tiempo se va perdiendo la motivación para completarla.

La procrastinación académica ha sido investigada a nivel mundial debido a los efectos negativos que trae consigo para los estudiantes, por ello estudios longitudinales han logrado demostrar que la dilación de las tareas presenta un efecto significativo en la salud física de los estudiantes procrastinadores, asociándose con problemas psicológicos como la ansiedad; siendo los últimos meses del semestre académico donde dicha ansiedad se ve incrementada (Kurtovic, et. al, 2019). Del mismo modo, la ansiedad es un estado psíquico en cual el sujeto experimenta una preocupación exacerbada, donde el sistema nervioso autónomo se altera, lo cual afecta a las diversas esferas de la vida en la que se desenvuelve (Cordero, et. al, 2019)

Ante ello, Hee (2018) indica que en la Seoul Women's University el 75% de los estudiantes procrastinaba en un nivel alto; situación que también se presentaría en los estudiantes de la City University of New York, pues según Prohaska, et. al (2018) el 46% de los estudiantes de dicha universidad presentaba nivel elevado de procrastinación al redactar un trabajo, el 28% estudiando para los exámenes, y el 30% en tareas de lecturas semanales. Por otro lado, Rodríguez y Clariana (2017) indica que, aproximadamente el 80% de los estudiantes de educación superior en España adopta conductas dilatorias, el 75% se percibe a

sí mismo como procrastinador y el 50% aplaza de forma muy frecuente la dedicación a los estudios.

Como se mencionó anteriormente, la procrastinación no aparece sola, usualmente aparece asociada a la ansiedad. Según Sigüenza & Vélchez (2021) el porcentaje de ansiedad ha ido en aumento producto de la pandemia del Covid-19; es así que, en los estudiantes de la Universidad Técnica Particular de Loja en España el 71,2% presentaba ansiedad en nivel elevado, del mismo modo, Gonçalves, et. al (2020) indican que, en el 69.2% de los estudiantes de la Brazilian University la ansiedad se encontraba en niveles elevados, situación similar presentada en la Federal University of São Paulo, que acorde a lo señalado por Correia & Marcassa (2018) el 78.6% de los estudiantes presentaba un elevado nivel de ansiedad.

Problemática similar a la del Perú, donde los estudiantes de educación superior, ya sea universitaria o técnica tienen que superar una serie de distractores extrínsecos que facilitan la postergación de actividades académicas y que en muchas ocasiones generan sintomatología ansiosa (Morales, 2020).

Además de ello, Sánchez, et. al (2021) analizaron el estado <sup>2</sup> de la ansiedad en los estudiantes de educación superior de las diversas regiones del Perú, con la que indican que más del 45% de los estudiantes del Perú de este segmento manifiesta poseer entre 3 y 6 indicadores de ansiedad de los 6 que existen, el 30% presenta somatización y el 40.3% presenta evitación experiencial, siendo estos porcentajes señales claras de una elevada ansiedad en los estudiantes del Perú. En Lima también se presenta una situación similar pues, Saravia, et. al (2021) señalan que, de una universidad en Lima el 75.3% de los estudiantes presentan ansiedad.

En este contexto, el instituto donde se realizó la investigación no es ajeno a este problema, ya que se evidenciaron muchos casos de procrastinación en los estudiantes pertenecientes a los primeros ciclos de formación de las distintas carreras con las que cuenta la mencionada institución, siendo las principales características de dichos estudiantes, la demora en la entrega de productos acreditables por unidad, además de ello, al no prever posibles complicaciones que se pudieran presentar con respecto al tiempo de entrega de la actividad pendiente

tenían que contactar a los docentes para solicitar prórroga lo cual generaba en dichos estudiantes una ansiedad manifiesta. Esto indica que es necesario realizar investigaciones que respondan a panoramas globales y permitan un conocimiento amplio de este tema.

## 1.2. Formulación del problema

### 1.2.1. Problema general

¿La procrastinación académica se relaciona con la ansiedad en estudiantes del Instituto de Educación Superior Privado de Comercio Exterior ADEX, Lima, 2022?

### 1.2.2. Problemas específicos

¿Cuál es el nivel de procrastinación académica en estudiantes del Instituto de Educación Superior Privado de Comercio Exterior ADEX, Lima, 2022?

¿Cuál es el nivel de ansiedad en estudiantes del Instituto de Educación Superior Privado de Comercio Exterior ADEX, Lima, 2022?

¿La postergación de actividades se relaciona con la ansiedad-estado en estudiantes del Instituto de Educación Superior Privado de Comercio Exterior ADEX, Lima, 2022?

¿La postergación de actividades se relaciona con la ansiedad-rasgo en estudiantes del Instituto de Educación Superior Privado de Comercio Exterior ADEX, Lima, 2022?

¿La autorregulación académica se relaciona con la ansiedad-estado en estudiantes del Instituto de Educación Superior Privado de Comercio Exterior ADEX, Lima, 2022?

¿La autorregulación académica se relaciona con la ansiedad-rasgo en estudiantes del Instituto de Educación Superior Privado de Comercio Exterior ADEX, Lima, 2022?

## 1.3. Formulación de objetivos

### 1.3.1. Objetivo general

Determinar la relación entre procrastinación académica y la ansiedad en estudiantes de un Instituto de Educación Superior Privado de Comercio

Exterior, Lima, 2022.

3

### 1.3.2. Objetivos específicos

Identificar el nivel de procrastinación académica en estudiantes de un Instituto de Educación Superior Privado de Comercio Exterior, Lima, 2022.

Identificar el nivel de ansiedad en estudiantes de un Instituto de Educación Superior Privado de Comercio Exterior, Lima, 2022.

Establecer la relación entre la postergación de actividades y la ansiedad-estado en estudiantes de un Instituto de Educación Superior Privado de Comercio Exterior, Lima, 2022.

Establecer la relación entre la postergación de actividades y la ansiedad-rasgo en estudiantes de un Instituto de Educación Superior Privado de Comercio Exterior, Lima, 2022.

Establecer la relación entre la autorregulación académica y la ansiedad-estado en estudiantes de un Instituto de Educación Superior Privado de Comercio Exterior, Lima, 2022.

Establecer la relación entre la autorregulación académica y la ansiedad-rasgo en estudiantes de un Instituto de Educación Superior Privado de Comercio Exterior, Lima, 2022.

5

### 1.4. Justificación de la investigación

**Justificación teórica:** La presente investigación obtiene relevancia gracias al aporte que brindará de forma teórica en la contrastación acerca de las diversas posturas teóricas presentes en cada una de las variables, con lo demostrado en la unidad de análisis; además será una contribución significativa dentro de la comunidad científica, ya que puede verse como un precedente para que otros investigadores obtengan datos que sean más relevantes para futuros desarrollos de investigación.

**Justificación metodológica:** En referencia a la justificación a nivel metodológico, el estudio se sustenta en el análisis detallado y profundo realizado sobre ambas variables, el cual permite su comprensión científica, es por ello que, para dicho análisis se tomó en consideración la metodología no experimental correlacional, en el que el análisis estadístico es fundamental para validar la metodología a utilizar; además en ella se utilizan dos cuestionarios, los cuales se ha

demostrado a través de su confiabilidad medir lo que teóricamente plantean.

**Justificación práctica:** En lo que respecta a la justificación a nivel práctico, el desarrollo del trabajo investigativo mediante sus resultados ha facilitado la comprensión de la problemática y con ello los directivos responsables de la institución de educación superior han adecuado sus planes de trabajo en pro del bienestar estudiantil.

**Justificación social:** Para culminar, el desarrollo de la investigación generará un beneficio tanto a estudiantes como docentes y padres del instituto en la que se desarrollará este estudio, pues al brindarse datos acerca de los niveles observados en ambas variables, además de la relación entre las mismas, se pueden establecer estrategias preventivo-interventivas.

## CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO

### 2.1. Antecedentes de la investigación

En esta sección se presentan todas aquellas investigaciones que han sido desarrolladas en referencia a nuestras variables de estudio.

#### Internacional

Manchado y Hervías (2021) en su investigación no experimental correlacional llevada a cabo en España, la cual comprendía el uso de dos instrumentos, cada uno para identificar la relación entre la procrastinación y ansiedad a los exámenes, hallaron que, no había relación entre ambas variables ( $r=.054$ ;  $p>.05$ ).

Asimismo, Sevari, et. al (2021) en su investigación no experimental correlacional llevada a cabo en Irán, en la cual contemplaron el uso de dos cuestionarios, con la finalidad de identificar la relación entre la procrastinación académica y el estrés, encontrando que, los niveles de estrés y procrastinación se encontraban elevados además de existir relación significativa entre ambas variables ( $p<.05$ ).

Por otro lado, Xiaodong, et. al (2021) en su investigación no experimental correlacional llevada a cabo en China, y que contemplaron el uso de dos cuestionarios como instrumentos para identificar la relación entre la procrastinación académica y el bienestar subjetivo, hallaron que, ambas variables presentaban correlación inversa y estadísticamente significativa ( $r=-.491$ ,  $p<.05$ ).

Rasouli, et. al (2019) en su investigación no experimental correlacional llevada a cabo en Irán, la cual comprendía el uso de dos cuestionarios con los cuales identificaron la relación entre la procrastinación académica y la ansiedad ante los exámenes, concluyeron que, entre ambas variables se presentaba relación estadísticamente significativa ( $r=.312$ ).

Custer (2018) en su investigación no experimental correlacional llevada a cabo en Estados Unidos, la cual comprendía el uso de dos cuestionarios, cada uno para identificar la relación entre la ansiedad frente a los exámenes y la



procrastinación a nivel académico, halló que, existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables ( $p < .01$ ).

Finalmente, Pardo, et. al (2017) en su investigación no experimental correlacional realizada en Colombia, la cual comprendía el uso de dos cuestionarios, cada uno para identificar la relación entre la procrastinación académica y la ansiedad-rasgo, hallaron que, entre ambas variables se presentaba relación directa estadísticamente significativa ( $r=.239$ ;  $p=.024$ ).

### Nacional

Estrada y Mamani (2020) en su investigación no experimental correlacional llevada a cabo en Madre de Dios, la cual comprendía el uso de dos instrumentos, cada uno de ellos para identificar la relación entre la procrastinación académica y la ansiedad, hallaron que, el 48.2% presentaba nivel alto de procrastinación académica, 39% presentaba nivel alto de ansiedad, además de existir relación significativa entre ambas variables ( $r= 0,359$ ;  $p=0,000$ ).

Silva (2020) en su investigación no experimental correlacional la cual llevó a cabo en Piura, comprendía el uso de dos cuestionarios, cada uno de ellos para identificar la relación entre la procrastinación académica y los hábitos de estudio; halló que entre ambas variables se presentaba correlación directa estadísticamente significativa ( $\rho= .291$ ;  $p<.05$ ).

Chávez (2019) en su investigación no experimental correlacional llevada a cabo en Chiclayo, la cual comprendía el uso de dos cuestionarios, cada uno de ellos para identificar la relación entre la procrastinación académica y la adaptación a la vida universitaria, halló que, predominaba el nivel medio de procrastinación en el 45.8% además de existir relación significativa entre dichas variables ( $p<.05$ ).

Cangana (2018) en su investigación no experimental correlacional llevada a cabo en Ayacucho, la cual comprendía el uso de dos cuestionarios, cada uno de ellos para identificar la relación entre la procrastinación académica y el estrés, halló que, existía relación directa estadísticamente significativa alta entre ambas variables estudiadas ( $\text{Tau-b}=0,757$ ;  $\text{valor}=0,00$ ).

Concluyendo con el análisis de los antecedentes nacionales, <sup>1</sup>García y Pérez (2018) en su investigación no experimental correlacional realizada en Trujillo, la cual contempló el uso de dos cuestionarios para establecer la relación entre la procrastinación académica y la ansiedad, hallaron que, predominaba el nivel medio de procrastinación en el 82,9%, de igual manera predominaba el nivel medio de ansiedad en el 66.6% y existía relación baja y significativa entre dichas variables ( $\rho = .386$ ).

### Local

Tejada (2019) en su investigación no experimental correlacional la cual contempló el uso de dos cuestionarios para establecer <sup>1</sup>la relación entre la procrastinación y la autoeficacia, halló <sup>1</sup>que el 82% presentaba procrastinación en un nivel alto, además existía correlación significativa entre ambas variables ( $r = .341$ ;  $p = .000$ )

Gil y Botello (2018) en su investigación no experimental correlacional, la cual contempló el uso de dos cuestionarios para establecer <sup>6</sup>la relación entre la procrastinación académica y la ansiedad, hallaron <sup>6</sup>que, las dimensiones postergación de actividades y autorregulación académica presentaban relación significativa con la ansiedad ( $p = .002$ ).

Marquina, et. al, (2018) en su investigación no experimental correlacional, la cual contempló el uso de dos cuestionarios para establecer <sup>13</sup>la relación entre la procrastinación académica y la ansiedad, hallaron <sup>13</sup>que, no hay relación significativa entre las variables estudiadas ( $r = -.072$ ;  $p = .475$ ).

Aguilar y Mamani (2018) en su investigación no experimental correlacional, la cual contempló el uso de dos cuestionarios para establecer <sup>13</sup>la relación entre la procrastinación académica y la ansiedad-rasgo, hallaron <sup>13</sup>que, existía una relación muy baja y significativa entre ambas variables ( $r = .068$ ).

Dominguez (2017) en su investigación no experimental correlacional, la cual contempló el uso de dos cuestionarios para establecer la relación entre la procrastinación académica, las estrategias de afrontamiento preexamen y el rendimiento académico, halló que, existe relaciones significativas entre las variables.

## 2.2. Bases teórico-científicas

### 2.2.1. Procrastinación académica

La procrastinación académica llega a ser comprendida como la actitud de prorrogar, postergar o aplazar el conjunto de actividades que son obligatoriamente indispensables para que se logre el triunfo en el área académica; en esta se evidencia la disminución del compromiso e implicancia del alumno con su fase de aprendizaje (Aspée et al., 2020). A través de la afirmación por parte de los autores mencionados es de suma importancia señalar que, cuanto menos se prorroguen las actividades entonces aumentará la posibilidad de obtener el triunfo en el área académica mientras que evidenciará una disminución en los niveles de ansiedad.

Para Trías y Arregui (2020) la procrastinación académica es entendida como aquel comportamiento donde el aprendiz presenta dificultades en cuanto a su autorregulación producto de la falta de objetivos y planificación. Los mencionados autores brindan una mirada diferente donde la principal característica de los alumnos procrastinadores es la escasez de objetivos, donde se pueden considerar diferentes factores de índole personal, que generan una incapacidad para regular, y teniendo presente el rango de edad de los aprendices de nivel universitario difiriendo del planteamiento de varios autores en relación al desarrollo indicándose que los mismos cuentan con la capacidad de regular comportamientos por sí mismos.

De tal forma, la procrastinación académica se ha sintetizado como aquella práctica en la que se prolonga de forma deliberada, libre y de forma innecesaria la ejecución de ciertas actividades debido a causas como la percepción de una tarea como compleja, el desagrado, entre otras y que como resultado inmediato genera ansiedad y estrés (Estrada y Uchasara, 2020). De las afirmaciones realizadas por los autores mencionados es importante señalar el factor que hace la diferencia de los otros postulados pues no se considera a la procrastinación como una variable exclusivamente personal, sino que en ella se incluyen aspectos externos que guardan relación directa con el nivel de complejidad de la actividad.

Desde otra mirada, Ramírez et. al (2020) consideran que la procrastinación presente en el área académica es un comportamiento no racional de prorrogación de las actividades en la cual se manifiesta una pérdida de motivación de éxito, generando presencia de ansiedad en niveles elevados.

Por su parte Guzmán y Chávez (2019) establecen que, es una variable que caracteriza a un comportamiento disfuncional donde los estudiantes “justifican” sus retrasos y así evadir la culpa ante una actividad académica presentada. Siendo esto semejante a lo propuesto por Umerenkova y Flores (2017) quienes afirman que la procrastinación académica es un comportamiento negativo cargado de estabilidad que se evidencia y mantiene desde el comienzo hasta el final del semestre académico. Al tomar en cuenta ambos postulados se puede comprender a la procrastinación como un comportamiento desadaptativo que obstaculiza que el aprendiz universitario se ajuste a los requerimientos que le exige su contexto académico.

Teóricos como Vargas (2017) establecen que, es un constructo teórico puede ser considerado como un fenómeno pluridimensional donde se encuentran comprendidos aspectos conductuales, cognitivos y afectivos, y se manifiesta afectando la facultad del sujeto para tomar decisiones, obteniendo como resultado la sustitución de la ejecución de actividades de índole académicas por satisfacciones personales.

Es valioso mencionar la definición que Matalinares, et. al. (2017) nos brindan donde clarifica que la procrastinación académica es la dilatación consciente y sistematizada que el alumno realiza sobre las tareas académicas y que son sustituidas por actividades satisfactorias y poco importantes.

Luego de haber puesto en manifiesto las diferentes definiciones referentes a la procrastinación académica es importante señalar que los diversos autores han abrazado diferentes posturas durante todo el estudio de la variable, evidenciando la diferenciación desde los factores personales a aquellos con la dificultad de la actividad ejecutada, sin embargo, los autores

llega a una idea eje donde se entiende <sup>18</sup> a la procrastinación académica como el atraso innecesario <sup>4</sup> de las tareas académicas, es así que, se toma esta afirmación como guía de la presente investigación.

### **Evolución de la Procrastinación Académica**

Desde el punto de vista de la etimología, el término procrastinación proviene de una palabra del latín “procrastinare” que hace referencia a aplazar, es así que, se interpreta como una pronunciada inclinación de atrasar de manera constante el inicio, desarrollo o término de una determinada tarea que presenta cierto nivel de importancia, teniendo como resultado un elevado malestar en el individuo; la procrastinación vista desde el lado académico se entiende como el retraso de diversas actividades que generan en la persona sensaciones poco agradables como puede ser el cansancio, fatiga o ansiedad (Rodríguez y Clariana, 2017).

Teniendo presente su evolución histórica, la procrastinación es percibida como algo negativo; es así como en el mundo moderno y presentándose necesidades de producción esta recibe mayor relevancia, por tanto, se entiende que, al existir una conducta de prorrogación dicha producción estará en peligro (Quant y Sánchez, 2012).

Luego de pasar de la postura que se centraba en la productividad y producción de las organizaciones, nos trasladamos al punto académico en la cual recibe mayor atención pues los éxitos obtenidos por los alumnos se verían disminuidos por la aparición de estos comportamientos procrastinadores; pese a ello, la procrastinación académica también es conocida como el comportamiento de aplazar siendo esto algo común en nuestro ambiente social actual; tenemos ejemplos como Estados Unidos donde se puede afirmar que todos han procrastinado alguna vez y por algún motivo. De la misma forma, durante el desarrollo de un individuo sus conductas dilatorias tienden a aumentar (Martínez y Payró, 2020). De igual forma, Ramírez, et. al, (2020) afirman que es un tema de interés de investigación en el área de psicología pues ha sido analizada desde diferentes posturas teóricas.

En el transcurso de todo el proceso de evolución de la procrastinación

han aparecido diversos enfoques que incluso se oponen, causando preocupación ya que aún no hay una definición precisa y acordada por los investigadores en general. A pesar de dicha discrepancia, se ha visto avances y beneficios al intentar comprender este constructo, pues las posturas precedentes han sido fundamentales en las nuevas definiciones otorgadas a esta variable.

### **Posturas teóricas de la procrastinación académica**

#### **Enfoque Psicodinámico.**

De acuerdo con el enfoque psicodinámico, la procrastinación se inicia con las primeras experiencias en la etapa infantil, que según Matlin (1995, citado por Natividad, 2014) es un factor determinante en la personalidad de un adulto ya que influye en diferentes procesos mentales inconscientes sobre la conducta y se denota un conflicto interno producto de la mayoría de los comportamientos. Acorde con este enfoque se define a la procrastinación como el comportamiento problemático que expresa un drama psíquico en el que subyacen emociones hacia sus familias.

De acuerdo con Freud, la funcionalidad de la ansiedad en la procrastinación es la de ser una alarma, donde la represión del inconsciente consigue abrumar al ego optando por manifestar diversos mecanismos de defensa, entonces, desde esta postura Freud asegura que, frente a tareas que implican amenaza se generan situaciones ansiosas donde el ego tendrá una respuesta con un tipo de barrera frente a la posibilidad de desarrollar acciones que podrían terminar en fracaso y así postergar este “riesgo a la pérdida”. Freud desde su perspectiva afirma que la ansiedad es el componente de alerta, donde la dilación de las tareas resulta en ansiedad la misma que trabajará como un regulador para evitar fracasos.

Ramírez, et. al. (2020) señala que la postura psicodinámica tiene como idea eje que, la procrastinación académica es el hecho de no cumplir tareas prioritarias las cuales son percibidas como amenazas y que generan angustia; donde el inconsciente tiene una gran participación en la activación de mecanismos que ayuden a encubrir el malestar. Este postulado es importante para el análisis ya que las actuales posturas divergen de esta perspectiva Freudiana, pues actualmente la procrastinación es vista como la dilatación de “cualquier actividad académica”.

Por su parte, Martínez y Payró (2020) indican que, el inicio del comportamiento postergatorio surge en la infancia cuando el sujeto teme que sus conductas generen consecuencias desfavorables para él, por eso el niño ejecuta una serie de comportamientos con el propósito de evadir cualquier reprimenda, mientras que el aumento de tareas y límites de entrega pueden generarle ansiedad, es así como el pensamiento de dejar para el último dichas actividades permanece. Esto mantiene relación con lo que menciona Angarita (2012) quien aseguraba que, este constructo es resultado de una crianza autoritaria donde los hijos se ven limitados y durante la adolescencia aparece el pensamiento de que el “tiempo pasa volando” lo cual le genera una sensación de que no hay marcha atrás es así como hay predisposición a proyectar su futuro sumado con el temor a madurar que ocasionan que procrastine.

Cuando se llega a la edad de 20 años este joven transmuta la idea que el tiempo es insuficiente por la consecución de metas y objetivos trazados, así resulta en un pensamiento donde se ven como únicas e irrepetibles a las oportunidades produciendo en ellos niveles elevados de ansiedad y a su vez originándoles el hecho de procrastinar. Este planteamiento cobra importancia al ser analizado y poder realizar una contrastación con determinados estilos de crianza que originarían mayor propensión a procrastinar y que resultarán en altos niveles ansiosos.

Algunos autores plantean que las expectativas paternas hacia sus hijos podrían ser un factor influyente a que estos proyecten comportamientos procrastinadores a futuro.

Otros autores como es el caso de donde Ramírez, et. al, (2020) establecen que, la baja autoestima caracterizada por el autoconcepto negativo cumple un rol esencial en la imagen propia del sujeto procrastinador. Además, afirman que, un estilo de crianza inadecuado es facilitador del apego ansioso el cual establece inseguridad en referencia a sí mismo. Producto de estos sentimientos se generan comparaciones sociales desde pequeños y genera así carencias en su autoestima. Es así como hay presencia de una personalidad caracterizada por comportamientos que se ven vinculados a la procrastinación. Sin embargo, no hay suficiente evidencia conocida para afirmar o denegar la relación de la procrastinación con las formas de crianza.

Dentro de este enfoque también se hace alusión al miedo instintivo a la muerte, es así como una persona cuando procrastina evita el avance del tiempo, o enfrentar de manera inevitable cuando algo finaliza. Finalmente, es imprescindible resaltar que, son escasas las investigaciones que se desarrollen tomando como eje teórico el planteamiento psicodinámico, pues lo concibe como una conducta inconsciente y difiere mucho de las posturas actuales donde se analiza a la procrastinación como un comportamiento de plena conciencia.

### **Teoría conductual.**

Skinner (1977 citado por Laureano y Ampudia, 2019) propone que los comportamientos tienen tendencia a la conservación cuando se presenta de forma continua y repetitiva, en ello es importante tener presente los efectos que se producen como recompensa de esos determinados comportamientos, por ello es que en la procrastinación académica el individuo realiza determinadas acciones que implican una sensación de goce inmediato o a corto plazo, por tal razón los alumnos restan importancia al desarrollo de actividades académicas ya que en ellas se obtendrá un logro a largo plazo, a su vez esa conducta de prorrogar se refuerza en la ganancia y tiempos cortos. Skinner se muestra notoriamente diferente puesto que en las posturas del psico dinamismo existen características inconscientes provenientes de la niñez, mientras que en la mirada conductista de Skinner se entiende a la procrastinación como la conducta consciente que se ejecuta para obtener una inmediata satisfacción.

En relación con lo mencionado, Laureano y Ampudia (2019) postulan que la procrastinación académica es un comportamiento en el que se omiten aquellas tareas que el aprendiz considere poco llamativas; en esta se consideran que las vivencias que los individuos han atravesado durante la infancia se van fortaleciendo a lo largo del tiempo. Desde otro punto, señalan que los comportamientos de postergación a nivel académico resultan como producto de un condicionamiento donde la concepción de “posponer” tiene una recompensa siendo esta la “sensación de placer” obtenido por otro tipo de actividades y se concibe que el realizar una tarea académica específica es un “castigo”. Pese a que el planteamiento del condicionamiento es muy sólido siendo aquí donde se presenta un vínculo



entre la postergación y el placer, es relevante señalar que los individuos no se basan en solo estímulo respuesta.

El conductismo considera incondicionalmente que, la procrastinación de índole académica hay presencia de una tensión en el individuo por realizar tareas en las que el uso del tiempo sea mínimo y la satisfacción que se ha de obtener sea superior, quiere decir que mientras menos esfuerzo se emplee, pueda evitar el malestar, habrá mayor probabilidad de la ejecución de esa tarea, y así se obtiene el patrón de comportamientos evitativos de aquellas tareas en las que hay una elevada posibilidad de experimentar insatisfacción (Leal y Rozo, 2017).

El planteamiento desarrollado en párrafos anteriores esclarece que aquellos estudiantes que presentan comportamientos de postergación, se encuentran acostumbrados a la dilación de tareas, ello debido a que estas les demandan de mayor tiempo, además de ello, perciben como normal la ansiedad que sufren producto de dicha dilación.

#### **Teoría cognitivo-conductual.**

Dentro de este enfoque se incluye como planteamiento principal, que los estudiantes procrastinadores tienen una visión del mundo totalmente distinta a la de aquellos que no presentan este tipo de comportamientos, los primeros se centran en complacer necesidades hedonistas, y usualmente tienen procesos cognoscitivos disfuncionales, a diferencia de los segundos que, son más maduros y tienen mayor equilibrio emocional

Para aquellos que plantean sus teorías bajo el enfoque cognitivo conductual, la personalidad está determinada directamente por el ambiente en cuanto a emociones y conducta, donde se reconoce la importancia de los procesos cognitivos y la interpretación que brindan sobre diferentes situaciones concretas, con base en creencias arraigadas que se exteriorizan a través de peticiones, obligaciones y otros.

Wolters (2003, citados por Laureano & Ampudia 2019) hacía hincapié en que dicha teoría los definía como individuos donde había una disfunción en el procesamiento de información, por ello es que permanentemente reflexionan sobre el comportamiento de prorrogación de tareas, por tanto, dichos individuos en sus cogniciones presenten esquemas y estructuras de

tipo desadaptativas, existiendo una implicación negativa donde el rechazo es el miedo que se presenta al realizar una tarea particular. El talón de Aquiles de su postulado es que se considera que en la procrastinación académica habitan pensamientos irracionales, difiriendo de anteriores planteamientos desarrollados, determinándola más como una conducta que como una distorsión en pensamiento.

Desde otra visión, López, et. al. (2020) señalan que los individuos que ponen en manifiesto pensamientos de tipo obsesivos cuando no cumplen con las metas y objetivos planteados y, presentan una deficiente ejecución en las actividades, tienen gran dificultad en cuanto a la organización del tiempo, haciendo del fracaso una constante que los lleva a sentirse frustrados.

Umerenkova & Flores (2017) establecen que la procrastinación de tipo académica es producto de aquellas disonancias a nivel emocional, las cuales son desarrolladas mediante una sucesión de pensamientos irracionales que posee un estudiante en referencia a sí mismo y a su condición de vida, la cual genera malestar de cognición y de conducta, por ende, la procrastinación da inicio cuando el sujeto es incapaz de realizar una tarea en específico y tampoco posee la habilidad para brindar una solución a dicho problema.

Teniendo en consideración todos los aportes realizados bajo el enfoque cognitivo - conductual, se puede comprender como un modelo explicativo idóneo para comprender a la procrastinación académica como una conducta que surge mediante un proceso que contempla una serie de etapas, siendo la primera la necesidad de desarrollar una tarea, surgiendo posteriormente una necesidad de dilación de dicha tarea y culminando en la postergación de la tarea.

### **Teoría motivacional**

La denominada “teoría motivacional” contempla como elemento central de la conducta procrastinadora a la motivación o la falta de la misma, pues es un indicador “inmutable” en el sujeto, debido a que este puede determinar el éxito o fracaso <sup>7</sup> en las diversas áreas de su vida. De dicha manera, el sujeto se encuentra ante dos opciones, siendo la primera la “esperanza de triunfo” en donde se pone principal énfasis en el componente

motivacional para menores índices de procrastinación; la segunda opción, es el temor de no lograr los objetivos, donde el sujeto anhela evitar situaciones adversas (Laureano y Ampudia, 2019).

Esta postura es considerada como un nuevo aporte pues a diferencia de las teorías psicoanalíticas y conductuales, no toma como idea eje al inconsciente o al comportamiento, sino a la motivación como activador de la procrastinación, pero como toda postura teórica tiene algunas limitaciones, siendo la principal la omisión de la dificultad de las tareas a realizar que en muchas ocasiones es importante en el desarrollo de la procrastinación.

Seferian y Arregui (2020) afirman que, dentro de esta postura teórica analiza a la procrastinación académica como un constructo que contiene dos elementos principales, siendo el primero la “autodeterminación” donde el sujeto posee un sentimiento de libertad de voluntad para que el sujeto crea de sí mismo que es capaz de lograr sus objetivos propuestos, donde aparecen 2 tipologías motivacionales, es decir la motivación “intrínseca” y la “extrínseca”. Siendo la primera la que se relaciona de manera inversa con la aparición de la procrastinación, es decir, a medida que se presentan menores niveles de motivación intrínseca, se asocia a niveles elevados de procrastinación de tipo académico, ello queda demostrado, cuando los estudiantes comienzan a realizar las tareas por su propia cuenta, considerará al desarrollo de esta como más sencillav (Morales, 2020).

De acuerdo a lo considerado anteriormente sobre las teorías motivacionales se afirma que el motivo principal de que un estudiante procrastine son los niveles bajos de motivación que se presentan, señalando que esa “desmotivación” los predispone a tomar actitudes erróneas en las que los alumnos se sientan desganados al momento de presentársele una actividad que exija altos grados de esfuerzo y dedicación para conseguirla y frente a ello la posibilidad que el alumno elija postergar o suspender esta tarea es elevada.

#### **Dimensiones de la Procrastinación Académica**

Busko (1998) autor de la Escala de procrastinación académica, que fue estandarizado por Contreras (2019) indica que es un constructo que puede

ser medido teniendo en consideración dos dimensiones.

La primera dimensión es la autorregulación académica, donde Ramírez, et. al, (2020) la comprenden como un comportamiento estratégico facilitador del aprendizaje, el cual refleja toda la actividad cognoscitiva con el fin de gestionar todos los recursos de la persona para el logro de un objetivo de aprendizaje, por tanto, la autorregulación se comprende como la capacidad para modificar conductas propias buscando la obtención de mejores aprendizajes.

Teniendo en cuenta lo ya mencionado, cabe resaltar que la autorregulación es un elemento mediador del proceso de la adaptabilidad de los estudiantes de educación superior, por ende, cuando no se ha desarrollado o potenciado dicha capacidad, los problemas a presentarse son graves para el área académica pues la ansiedad se convierte en un estado emocional para los estudiantes

Por su parte Laureano y Ampudia (2019) afirman que, la autorregulación académica no es una habilidad mental como tal sino un proceso auto-direccionado, en el que los estudiantes son capaces de reorganizar sus habilidades para resolver tareas académicas. Si la autorregulación académica no es considerada como una habilidad mental entonces aparece un vacío a nivel de análisis cognitivo en el cual existiría mayor probabilidad de confusión de aquellos procesos inconscientes con las posturas psicodinámicas.

Tomando los postulados de Umerenkova & Flores (2017) se podría considerar a la autorregulación es un proceso conductual activo y constructivo en el que el alumno tiene la destreza para definir y proponer objetivos para monitorear autoaprendizaje y así controlar su cognición y motivación. Entonces podemos afirmar que regulación académica es una conducta reguladora donde el alumno tiene la capacidad de completar durante ciertos periodos gracias a su proceso de aprendizaje. Por ello, para que se ejecute la acción autorreguladora el sujeto necesita tener conocimiento de las actividades que realiza, además de ello, necesita conocer cada uno de los beneficios que obtendrá al momento que se realiza la metacognición.

De acuerdo con lo revisado por los anteriores autores se establece que, los estudiantes de educación superior tienen una predisposición natural para prepararse en la ejecución de una determinada tarea del área académica, pese a ello, las diversas situaciones y diferentes factores distractores de nuestra sociedad actual, la mayor parte de ellos decide postergar esas actividades optando por realizarlas al “último momento” por tanto su capacidad para autorregularse se ve afectada.

La postergación académica es la segunda de las dimensiones, al respecto Ramírez, et. al (2020) la señala como la tendencia de prorrogar de forma constante una actividad específica, y que como consecuencia directa genera ansiedad e incapacidad de ser auto eficaz en la mayoría de los casos, en cuanto a las consecuencias académicas harían referencia a la tardanza en la entrega de actividades y bajo rendimiento.

Esta dimensión, postergación de actividades, se considera como la característica principal de la procrastinación académica, en la que se ve incluida una decisión consciente que lleva al aprendiz a posponer sin que exista una razón para hacerlo, adicionalmente este no concluye las tareas, las mismas que reemplaza por otras que no son relevantes y que está consciente de las consecuencias negativas y posibles desventajas que le generará (Domínguez, et. al, 2014).

Umerenkova & Flores (2017) señalan que las personas tienen una elevada predisposición para dilatar las tareas de índole académica, afectando de esta forma al rendimiento académico ya que estos mismos no realizan las tareas el tiempo dispuesto por los maestros. La teoría planteada por los mencionados autores es la base para el estudio de la procrastinación académica, pues al dilatar el desarrollo de las tareas, ocasiona la entrega a destiempo de las tareas en la que se encuentran niveles elevados de ansiedad.

### **2.2.2. Ansiedad**

Zung (1965) realiza un análisis de la ansiedad tomando en cuenta las características psicobiológicas de la persona, y considerándola como un estado del organismo en el cual el sujeto se encuentra alerta ante una posibilidad de amenaza hacia su integridad, la cual puede ser física o psicológica, y predisponiendo una determinada cantidad de energía que le permite dar respuesta a ese estímulo negativo; por ello estable que la ansiedad posee como principal elemento el miedo de no saber que hacer o la rigidez emocional, ante una situación considerada como potencialmente peligrosa.

Posteriormente, autores como Blasco, et. al. (2018) afirman que, la ansiedad es producto de las experiencias de una persona, en la cual se encuentran involucrados 4 elementos de información, siendo el primero la valoración cognitiva en la cual el sujeto analiza las características de un contexto específico, el segundo son las conceptualizaciones en referencia a dicho contexto y que conllevan a una activación conductual y fisiológica, debido a ello, consideran que, son las diferencias individuales las que generan distintas interpretaciones en referencia a un contexto específico, y las que van a determinar además, el inicio y la intensidad de la respuesta o conducta ansiosa, complementan su aporte indicando además que, años atrás, la ansiedad es un elemento o factor favorable para la supervivencia, pero, a la actualidad es un estado mental adverso a la salud psicológica.

Por su parte, Bartra, et. al. (2020) definen a la ansiedad como un estado que se encuentra cargado de inquietud y excitación, el cual, es considerado usualmente como desagradable, pues existe una predominancia de sintomatología de alerta exagerada y sensación de desastre. Lo cual concurre con lo planteado por Cueva & Terrones (2020), afirmando que, este es un constructo en el cual un sujeto otorga una respuesta específica ante una situación a la cual considera como amenazante o peligrosa ya sea de manera psicológica o física, siendo un estado que dota al organismo de una cantidad elevada de energía permitiéndole contrarrestar al potencial peligro. Tomando en consideración el planteamiento realizado por los autores líneas arriba mencionados, podemos establecer que, los estudiantes

de educación superior se encuentran expuestos constantemente a situaciones que ellos consideran como amenazantes, tales como la presentación de trabajos o exámenes, situaciones que usualmente se encuentran postergando y que, al quedarles poco tiempo en su presentación, generan respuestas ansiosas.

Belloch, et. al, (2020) considera que, la ansiedad se caracteriza por ser un estado en el cual se produce un sesgo en la memoria, el cual facilita la evocación de información que considere congruente con dicho estado, sumado a ello, las personas que padecen de ansiedad, demuestran sesgo a nivel pre-atencional y atencional entorno a la situación considerada como amenazante, siendo un proceso realizado de manera automática, es así que el sujeto desarrolla una serie de estrategias que le permiten evitar dicha situación.

Por otro lado, Tapia & Príncipe (2018) definen a la ansiedad como un estado de constante inquietud y angustia la cual es considerada como una condición clínica “normal” y que constantemente se la identifica como una señal de alerta que sirve para advertir al sujeto de un peligro inminente pudiendo así afrontar dicha situación amenazante

González, et. al, (2018) consideran a la ansiedad como un constructo en el que interactúan manifestaciones psicofísicas que no son atribuidas a riesgos reales, pues son signos de crisis generados por estados persistentes y difusos que conllevan al pánico, pero, en dichas manifestaciones, se presentan características neuróticas, histéricas u obsesivas que no logran dominar al cuadro clínico. Es importante recalcar que, los autores ya mencionados, realizan un análisis diferenciado en torno a este cuadro clínico pues adoptan una postura que difiere de otros planteamientos, pues incluyen en ella las características neuróticas, en otras palabras, la continuidad del estado de pánico a pesar de no existir un peligro latente.

Rivera, et. al (2014) considera a la ansiedad como un estado emocional el cual está caracterizado por la presencia de elevados niveles de tensión en un sujeto, y que usualmente incluye al nerviosismo y la preocupación exacerbada como características principales, por ende, el nivel de ansiedad depende de la magnitud con la que el sujeto considera que la situación afecta

a su equilibrio psíquico.

Camacho & Mamani (2013) establecen que la ansiedad es un trastorno neurológico, el cual surge en forma de respuesta ante las situaciones que un sujeto pueda considerar como estresantes, la cual induce a la persona a colocarse en un estado de defensa evitando todos aquellos sentimientos a los que considera contantemente como desagradables; además establece que, dicho estado de alerta se convierte en patológico al instante en el que altera el comportamiento normal de un sujeto, volviéndolo incapaz de enfrentarse a circunstancias cotidianas y considerando a cualquier disconformidad como una situación amenazante. Es así que durante el planteamiento de los ya mencionados autores se realiza una distinción de algún otro investigador, pues ellos consideran que la ansiedad se convierte en patológica, solo si cumple la condición de afectar el comportamiento usual o normal del sujeto, con ello, se puede establecer que, los estudiantes que se encuentran padeciendo de esta patología, usualmente ven afectadas sus áreas, académica, social personal y familiar.

Tomando en cuenta, todas las definiciones anteriormente analizadas, consideramos relevante analizar a la ansiedad en este trabajo investigativo como un estado emocional el cual aparece como respuesta a una realidad específica que una persona considera como amenazante, y que, al establecerse como un patrón conductual, se puede convertir en un rasgo de personalidad.

#### **Posturas teóricas de la ansiedad**

**Enfoque Psicoanalítico:** En esta postura se considera que esta es una variable producto de la contraposición del impulso inaceptable y la contrafuerza realizada por el ego es así que Freud (1971) considera que esta variable es un estado afectivo negativo el cual es manifestado mediante emociones desagradables, que se encuentran vinculadas a pensamientos molestos y cambios a nivel fisiológico, además indica que existen 3 tipos de ansiedad

- Ansiedad real: Dentro de este tipo de ansiedad se establece una advertencia al yo en referencia a una situación latente de peligro que rodea al sujeto.



- Ansiedad neurótica: Se establece cuando un sujeto exterioriza todos aquellos impulsos que se encontraban reprimidos, la característica principal es la ausencia del objeto perturbador.
- Ansiedad moral: Este tipo de ansiedad es usualmente referenciada como “vergüenza” en la cual el “super yo” amenaza directamente al yo con la probabilidad de perder el autocontrol.

### **Dimensiones de la ansiedad**

#### **Ansiedad rasgo**

La postura principal, que se ha tomado en cuenta en la realización del trabajo investigativo, es la brindada por Spielberger (2010) quien considera a la ansiedad en dos formas, la primera es como un componente de la personalidad (rasgo). Para Spielberger (2010) la ansiedad como rasgo forma parte de una tendencia a comprender los eventos del medio en el que se desenvuelve una persona como eventos amenazantes, es por ello que el sujeto se encuentra propenso a responder de una forma ansiosa constantemente, por otro lado, la ansiedad como estado, se refiere a la manera en el que un sujeto reacciona ante una situación específica, y se caracteriza por ser un estado transitorio.

#### **Ansiedad estado**

Por su parte la ansiedad estado según Spielberger (2010) la establece como un estado emocional, consideramos que es una respuesta que puede ser modificable y automática, y que usualmente se encuentra cargada de sentimientos de tensión exacerbada y angustia; <sup>13</sup> por otro lado, cuando nos referimos a la ansiedad como un rasgo de la personalidad, establecemos que es una forma estable de respuesta a cualquier circunstancia que se encuentra atravesando el sujeto, es decir, nos referimos a una predisposición conductual por parte del sujeto.

Por su parte De Ansorena, et. al (1983) considera que, existen una serie de variables que estimulan en el sujeto una respuesta ansiosa o ansiedad estado, en primero lugar se encuentra el tipo de trabajo, es decir, aquellos trabajos que demanden de mayor riesgo, generan en el sujeto una respuesta ansiosa, en el caso de los estudiantes, generan respuestas ansiosas

ante aquellas materias en las que les representa mayor dificultad; por otro lado, la ansiedad como rasgo, depende del sexo y la edad, es decir podemos hablar de ansiedad como rasgo, cuando ya existe una personalidad definida.

### **Ansiedad y procrastinación académica en estudiantes de educación superior**

Bartra, et. al, (2020) afirma que, la ansiedad es un cuadro clínico que se encuentra asociado en la mayor cantidad de casos a un poco habilidad por parte de las personas para organizar de forma adecuada su tiempo, en el cual las conductas dilatorias, representan un obstáculo y por ende un elemento predisponente para la aparición de ansiedad.

Por su parte, Tapia & Príncipe (2018) consideran que, cuando un adolescente finaliza sus estudios secundarios e ingresa a los estudios de educación superior, comienza a <sup>14</sup> experimentar una serie de cambios relevantes en su vida académica y personal, y que son en gran medida posibles causantes de ansiedad, ello debido a que, el material que necesitan para sus estudios profesionales, representa mayor complejidad y por ende necesita de una mayor capacidad analítica para el estudiante, además de ello, el trato que reciben por parte de los docentes es diferente, y el ritmo con el que se realizan las actividades académicas también lo es, es así que, al incrementar las exigencias que el medio representa, el estudiante necesita de una mayor cantidad de esfuerzo, es así que si el estudiante cuenta con los recursos cognitivos y emocionales puede afrontarlo con tranquilidad, el problema deviene cuando no cuenta con dichos recursos, pues al ser tan exigentes las sesiones de aprendizaje, el estudiante dilata las actividades académicas, postergando en muchas ocasiones la presentación de tareas generando alta ansiedad

### **2.3. Definición de términos básicos**

- **Ansiedad:** Se considera a la ansiedad como aquella respuesta que un sujeto otorga a un estímulo específico que considera como potencialmente peligroso (Blasco, et. al, 2018).
- **Apego:** Relación afectiva íntima que establece una persona hacia otra,

siendoperdurable en el tiempo (Martínez & Payró, 2020).

- **Apego ansioso:** Es un tipo de apego en el que un sujeto presenta una fuertenecesidad de contacto con el vínculo (Martínez & Payró, 2020).
- **Conducta:** La conducta es el comportamiento que presenta un individuo en determinadas circunstancias e indica principalmente una acción (Ramírez, et. al, 2020).
- **Castigo:** Es un tipo de reforzador negativo que tiene la finalidad de extinguir unaconducta (López, et. al, 2020).
- **Procrastinación:** Hace referencia a la conducta de aplazar actividades que sonnecesarias por otras que generan una satisfacción instantánea Trías & Arregui (2020).
- **Motivación:** Estadio intrapersonal que activa, dirige y mantiene las conductas de un sujeto hacia la consecución de metas (Morales, 2020).

#### 2.4. Identificación de dimensiones

Las dimensiones para la variable procrastinación académica:

- **Postergación de actividades.**
- **Autorregulación académica.**

Las dimensiones para la variable <sup>1</sup> ansiedad-rasgo:

- **Ansiedad estado.**
- **Ansiedad rasgo.**

#### <sup>3</sup> 2.5. Formulación de hipótesis

##### 2.5.1. Hipótesis general

Existe relación significativa entre procrastinación académica y la ansiedad en estudiantes del Instituto de Educación Superior Privado de Comercio Exterior ADEX, Lima, 2022.

##### <sup>1</sup> 2.5.2. Hipótesis específicas

Existe relación significativa entre la postergación de actividades y la ansiedad-estado en estudiantes del Instituto de Educación Superior Privado de Comercio Exterior ADEX, Lima, 2022.

<sup>12</sup> Existe relación significativa entre la postergación de actividades y la ansiedad-estado en estudiantes del Instituto de Educación Superior Privado de Comercio Exterior ADEX, Lima, 2022.

<sup>12</sup> Existe relación significativa entre la autorregulación académica y la ansiedad-estado en estudiantes del Instituto de Educación Superior Privado de Comercio Exterior ADEX, Lima, 2022.

<sup>1</sup> Existe relación significativa entre la autorregulación académica y la ansiedad-rasgo en estudiantes del Instituto de Educación Superior Privado de Comercio Exterior ADEX, Lima, 2022.

## 2.6. Operacionalización de variables

| Variable                         | Definición Conceptual   | Definición Operacional  | Dimensiones                 | Indicadores   | Ítems   | Instrumento   | Escala de Medición |
|----------------------------------|---|---|-----------------------------|---|---|---|--------------------|
| <b>PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA</b> | Es la tendencia a postergar siempre o casi siempre una actividad académica; o prometer efectuarla más adelante, por medio de justificaciones y excusas para evitar la culpa (Busko, 1998) | Será medida mediante las dimensiones de autorregulación académica y postergación de actividades a través de la Escala de Procrastinación Académica. | Postergación de actividades | Aplazar actividades.<br>Esperar el último momento para comenzar las actividades.<br>Prepararse anticipadamente<br>Desarrollar las tareas anticipadamente<br>Invertir tiempo en estudiar<br>Utilizar recursos necesarios | 1, 3, 4, 8, 9, 15, 16<br>2, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 13, 14   | Escala de Procrastinación Académica (Deborah Ann Busko, 1998. Adaptado por Álvarez, 2010) | Ordinal            |
|                                  |   |   | Autoregulación Académica    | 3ra cumplir con las tareas.   | 1, 15   |   |                    |
| <b>ANSIEDAD</b>                  | Estado emocional desagradable, caracterizado por sentimientos subjetivos de tensión, ansiedad o preocupación y por activación del sistema nervioso autónomo (Spielberger, 1972)           | Será medida mediante las dimensiones de ansiedad estado y ansiedad rasgo a través del Inventario de Ansiedad Estado Rasgo.                          | Estado                      | Relajación<br>Calma<br>Tensión<br>Contrariedad<br>Satisfacción<br>Angustia<br>Alegria<br>Felicidad<br>Inconstancia<br>Tristeza<br>Desconfianza en sí mismo<br>Tranquilidad<br>Pesimismo<br>Obsesivo<br>Seguridad        | 2, 8, 11<br>3, 13, 14<br>4, 6, 18<br>5, 16, 10<br>7, 9, 12, 17<br>19, 20<br>21, 30<br>22, 34<br>23, 24,<br>35, 38<br>25, 32<br>26, 27, 36<br>28, 40<br>29, 31, 37<br>33, 39 | 1<br>Inventario de Ansiedad Estado - Rasgo de Spielberg                                   | Ordinal            |

## CAPÍTULO III. METODOLOGÍA

### 3.1. Tipo de investigación

La investigación es de tipo Básica, por tanto, su interés estuvo encaminado a conocer la dinámica de un fenómeno en particular, de tal manera que logra ampliar el conocimiento existente mediante prácticas no intrusivas (Hernández y Mendoza, 2018).

### 3.2. Método de investigación

Cuantitativo, es decir, dentro de todo el proceso investigativo se ha hecho uso de cuestionarios que mediante calificaciones numéricas facilitaron la cuantificación de las variables (Hernández y Mendoza, 2018). Además, se hizo uso del método hipotético-deductivo, ello como consecuencia de que se parte de conocimientos generales del estudio de ambas variables, para poder llegar a un conocimiento específico en la población de estudio.

### 3.3. Diseño de investigación

No experimental, por ende, dentro del estudio realizado no ha sido necesaria la manipulación de alguna de las dos variables, caracterizándose a las mismas de acuerdo con la realidad de cada unidad de análisis (Hernández y Mendoza, 2018). De corte transversal, lo cual es producto de que la información recabada en la muestra mediante los instrumentos se dio en un momento único del proceso investigativo. Descriptivo-correlacional, es decir, el estudio se centró en la caracterización de la relación entre las dos variables analizadas (Hernández y Mendoza, 2018). El diseño es el siguiente:



Dónde:

X1: Variable procrastinación académica.

Y1: Variable ansiedad.

(-): Relación entre las variables de estudio.

### 3.4. Población, muestra y muestreo

#### Población

Tabla 1 Población de Estudiantes, de primer ciclo del Instituto de Educación Superior Privado de Comercio Exterior.

| Turno  | Aula  | Unidades de estudio |
|--------|-------|---------------------|
| Mañana | 103V  | 60                  |
|        | 104V  | 56                  |
|        | 105V  | 60                  |
|        | 163V  | 49                  |
| Noche  | 164V  | 55                  |
|        | 165V  | 54                  |
|        | Total | 334                 |

#### Muestra

El diseño muestral probabilístico utilizado es de tipo aleatorio y se halló el tamaño de la muestra.

#### Tamaño de Muestra

Por ser una población finita con variable de tipo cualitativa, se empleó:

$$n_o = \frac{NZ^2PQ}{(N-1)e^2 + Z^2PQ}$$
$$n_o = \frac{334 * 1,96^2 * 0,5 * 0,5}{(334 - 1)0,05^2 + 1,96^2 * 0,5 * 0,5}$$
$$n_o = 181 \text{ estudiantes}$$

Reemplazando el valor de  $n=247$  en la fórmula de  $f_c = 181/334 = 0,54$  por lo cual es mayor a 0,05 (5%), se aplica la segunda fórmula obteniéndose como muestra final:

$$n = \frac{n}{1 + \frac{n}{N}}$$
$$n = \frac{181}{1 + \frac{181}{334}}$$
$$n = 118 \text{ estudiantes.}$$

2

Donde:

$n$  = corresponde al tamaño de la muestra final, si exceda el 5%

$n_0$  = Tamaño de la muestra precedente

$N$  = 334 estudiantes

$Z$  = 1,96 (con 95% de confianza y nivel de significancia 0,05)

$e$  = Margen de error (0.05)

$P$  = Probabilidad de ocurrencia= 0,50

$Q$  = Probabilidad de no ocurrencia= 0,50

A continuación, se detalla la muestra aleatoria por segmentación, utilizando la asignación proporcional  $k=n_0/N$  donde se obtiene  $k= 181/334 = 0,54$  y se obtuvo la muestra por segmentación que fue escogida aleatoriamente utilizando una tabla de números aleatorios:

2

Tabla 2 Muestra de Estudiantes, de primer ciclo del Instituto de Educación Superior Privado de Comercio Exterior.

| Turno  | Aula  | Unidades de estudio |
|--------|-------|---------------------|
| Mañana | 103V  | 21                  |
|        | 104V  | 20                  |
|        | 105V  | 20                  |
|        | 163V  | 24                  |
| Noche  | 164V  | 18                  |
|        | 165V  | 15                  |
|        | Total | 118                 |

#### Criterios de inclusión

- Estudiantes matriculados del primer ciclo del semestre 2022-1 de inicio septiembre.
- Estudiantes matriculados de primer ciclo del semestre 2022-1 de inicio septiembre que hayan aceptado participar de la investigación.
- Estudiantes matriculados de primer ciclo del semestre 2022-1 de inicio septiembre que cuenten con internet y celular/computador para realizar las evaluaciones.

#### Criterios de exclusión

- Estudiantes matriculados de 2° a 6° ciclo.



- Estudiantes que no cuentan con internet.
- <sup>5</sup> Estudiantes que decidieron no participar de la investigación.
- Estudiantes matriculados de primer ciclo del semestre 2021-1 de inicio septiembre menores de edad.

### Muestreo

Muestreo probabilístico aleatorio simple, debido a que la elección de los sujetos estuvo supeditada a la probabilidad mas no de criterios propios de los investigadores, siendo esta muestra, representativa de la población (Castillo & Guillén, 2017).

### <sup>5</sup> 3.5. Técnicas e instrumentos de recojo de datos

#### Técnica

Como técnica se hizo uso de la encuesta la cual es una técnica que hace uso de una serie de procedimientos que se encuentran estandarizados en un proceso investigativo y de los cuales se realiza la recolección de una serie de datos de una muestra representativa de sujetos (Anguita, et. al, 2018)

Como instrumento se hizo uso del cuestionario, el cual es un documento que tiene por finalidad recabar de una manera organizada la información en referencia a los indicadores o dimensiones de las variables que se encuentran implicadas en el objetivo del mismo (Anguita, et. al, 2018).

#### Instrumentos

<sup>1</sup> Se utilizó, la escala de procrastinación académica de Busko (1998) adaptada al español por Álvarez (2010) y estandarizada en Lima por Contreras (2019) es un instrumento que cuenta con 12 ítems que miden a la variable a través de dos dimensiones, siendo estas, la postergación de actividades y la autorregulación académica, cuenta con validez demostrada mediante análisis factorial a través de la prueba KMO obteniendo un valor de .905, además de un valor ( $p < 0.001$ ) en la prueba de Bartlett, e indican que, las dos dimensiones explican el 70% de la varianza, con respecto a la confiabilidad la escala total presenta confiabilidad mediante Alpha de Cronbach  $\alpha = .92$ , además <sup>1</sup> la dimensión autorregulación académica  $\alpha = .83$ , finalmente, la dimensión postergación de

actividades  $\alpha=.83$ .

Como segundo instrumento se utilizó el inventario de ansiedad estado-rasgo de Spielberger (2007) estandarizada en Lima por Olaechea (2021) es un instrumento que cuenta con 40 ítems que miden a la variable a través de dos dimensiones, siendo estas, ansiedad estado y ansiedad rasgo, cuenta con validez demostrada mediante análisis factorial a través de la prueba de KMO obteniendo un valor de .942; además de un valor ( $p<0.001$ ) en la prueba de Bartlett, respecto a la confiabilidad la ansiedad estado pose  $\alpha=.92$ , finalmente, la ansiedad rasgo  $\alpha=.91$ .

### 5 3.6. Técnicas de procesamiento y análisis de datos

Los datos obtenidos se analizaron en el programa IBM SPSS-26, donde se obtuvieron los descriptivos, a continuación, se reportan las correlaciones, debido a ello, se hizo un análisis de normalidad con la prueba KS, donde al ser  $p < .05$  se hizo uso de la prueba no paramétrica rho de Spearman (Cañadas, 2018) con ello se pudo establecer la dirección y nivel de la correlación además de su significancia (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

### 3.7. Ética investigativa

En referencia a los criterios de tipo éticos para la realización de la investigación, se tomó en cuenta los fundamentos de la American Psychological Association (2010) la cual afirma que, todo proceso de investigación debe respetar de forma irrestricta la no maleficencia, es decir, el estudio de cualquier problemática o variable no de causar ningún tipo de daño a los sujetos que decidieron formar parte de la misma, además, otro de los pilares de la investigación es el respeto de la autonomía o la libertad de decisión del sujeto a quien se le propone formar parte de una investigación, el aceptar o rechazar formar parte de la misma; asimismo, un investigador éticamente responsable tiene la obligación de respetar fielmente la propiedad intelectual, es decir, debe realizar las citas de aquellas ideas o aportes que ayuden al sustento teórico de la investigación, finalmente, el proceso investigativo ha respetado la confidencialidad de los datos otorgados por cada uno de los participantes del estudio.

## 5 CAPÍTULO IV. RESULTADOS

### 4.1. Presentación y análisis de resultados

Tabla 3 Distribución normal de la procrastinación académica.

| Variable                  | Medida<br>descriptiva | estadístico       |
|---------------------------|-----------------------|-------------------|
| Procrastinación académica | Kolmogorov<br>smirnov | ,000 <sup>c</sup> |

Nota: Datos obtenidos del cuestionario de procrastinación académica.

En la tabla 3 se analizó la normalidad de los datos de la variable procrastinación académica, mediante la prueba de K-s, evidenciándose que los datos no presentan distribución normal ( $p=.000$ ), por ende, en el análisis inferencial de los datos se tomó la decisión de utilizar estadística no paramétrica.

Tabla 4 Distribución normal de las dimensiones de la procrastinación académica.

| Variable                    | Medida<br>descriptiva | estadístico       |
|-----------------------------|-----------------------|-------------------|
| Autorregulación académica   | Kolmogorov<br>smirnov | ,000 <sup>c</sup> |
| Postergación de actividades | Kolmogorov<br>smirnov | ,000 <sup>c</sup> |

Nota: Datos obtenidos del cuestionario de procrastinación académica.

En la tabla 4 se analizó la normalidad de los datos de las dimensiones de la variable procrastinación académica, mediante la prueba de K-s, evidenciándose que los datos no presentan distribución normal ( $p=.000$ ), por ende, en el análisis inferencial de los datos se tomó la decisión de utilizar estadística no paramétrica.

Tabla 5 Distribución normal de la ansiedad.

| Variable        | Medida<br>descriptiva | estadístico       |
|-----------------|-----------------------|-------------------|
| Ansiedad-estado | Kolmogorov<br>smirnov | ,000 <sup>c</sup> |
| Ansiedad-rasgo  | Kolmogorov<br>smirnov | ,000 <sup>c</sup> |

Nota: Datos obtenidos del inventario de ansiedad estado rasgo.

En la tabla 5 se analizó la normalidad de los datos de las dimensiones de la variable ansiedad, mediante la prueba de K-s, evidenciándose que los datos no presentan distribución normal ( $p=.000$ ), por ende, en el análisis inferencial de los datos se tomó la decisión de utilizar estadística no paramétrica.

Tabla 6 Estadísticos descriptivos de la procrastinación académica

|                     | Procrastinación académica |
|---------------------|---------------------------|
| Media               | 41.85                     |
| Mediana             | 41.00                     |
| Desviación estándar | 4.177                     |
| Asimetría           | 0.605                     |
| Curtosis            | 0.225                     |
| Mínimo              | 34                        |
| Máximo              | 57                        |

Nota: Datos obtenidos del cuestionario de procrastinación académica.

En la tabla 6 se evidencia el análisis descriptivo de la procrastinación académica, en el que la media ( $X=41.85$ ) Mediana=41; desviación estándar=4.17, asimetría (.605) y curtosis (.225) además el puntaje mínimo obtenido fue de 34 mientras que el puntaje máximo fue de 57.

Tabla 7 Estadísticos descriptivos de la ansiedad.

|                     | Ansiedad estado | Ansiedad rasgo |
|---------------------|-----------------|----------------|
| Media               | 45.48           | 47.17          |
| Mediana             | 45.00           | 46.00          |
| Desviación estándar | 4.988           | 7.395          |
| Asimetría           | 2.925           | 1.267          |
| Curtosis            | 18.815          | 4.031          |
| Mínimo              | 35              | 32             |
| Máximo              | 80              | 80             |

Nota: Datos obtenidos del inventario de ansiedad estado rasgo.

En la tabla 7 se evidencia el análisis descriptivo de la ansiedad, es así que en la ansiedad estado la media ( $X=45.48$ ) Mediana=45; desviación estándar=4.98, asimetría (2.92) y curtosis (18.81) además el puntaje mínimo fue de 35 mientras que el puntaje máximo fue de 80. Del mismo modo, en la ansiedad rasgo la media ( $X=47.17$ ) Mediana=46; desviación estándar=7.39, asimetría (1.26) y curtosis (4.03) además el puntaje mínimo fue de 33 mientras que el puntaje máximo fue de 80.

Tabla 8 Niveles de procrastinación académica.

|                             |                          | f      | %      |
|-----------------------------|--------------------------|--------|--------|
| Procrastinación académica   | Regular procrastinación  | 65     | 55.1%  |
|                             | Alta procrastinación     | 52     | 44.1%  |
|                             | Muy alta procrastinación | 1      | 0.8%   |
|                             | Total                    | 118    | 100.0% |
| Autorregulación académica   | Baja procrastinación     | 2      | 1.7%   |
|                             | Regular procrastinación  | 70     | 59.3%  |
|                             | Alta procrastinación     | 44     | 37.3%  |
|                             | Muy alta procrastinación | 2      | 1.7%   |
| Total                       | 118                      | 100.0% |        |
| Postergación de actividades | Regular procrastinación  | 22     | 18.6%  |
|                             | Alta procrastinación     | 84     | 71.2%  |
|                             | Muy alta procrastinación | 12     | 10.2%  |
|                             | Total                    | 118    | 100.0% |

Nota: Datos obtenidos del cuestionario de procrastinación académica.

<sup>11</sup> En la tabla 8 y figura 1 se analizó el nivel de procrastinación académica que presentan los estudiantes, para en la cual el 55.1% presenta regular procrastinación y solo el 0.8% presenta muy alta procrastinación académica, en la dimensión autorregulación académica predomina el nivel regular en el 59.3% y en la postergación de actividades predomina el nivel alto en el 71.2% de los estudiantes.

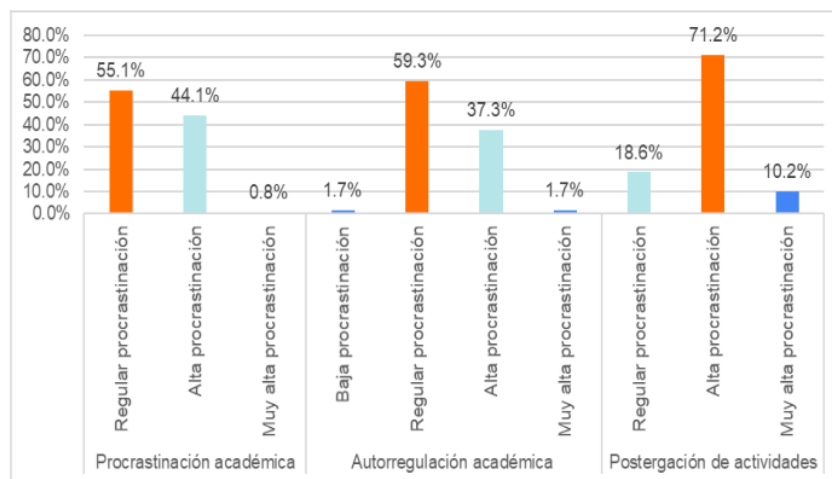


Figura 1 Niveles de procrastinación académica.

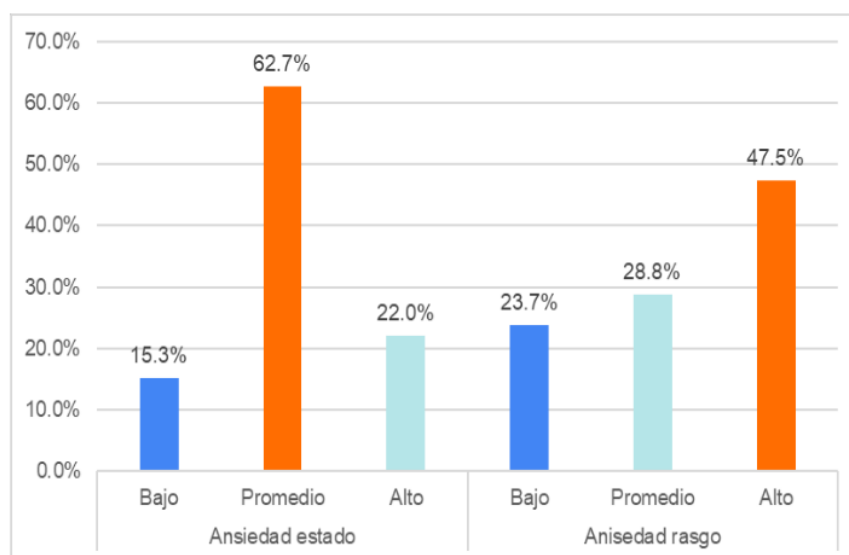
Nota: La figura 1 representa los estadísticos descriptivos de los niveles de procrastinación académica

Tabla 9 Niveles de ansiedad en estudiantes.

|                     |          | f   | %      |
|---------------------|----------|-----|--------|
| Ansiedad-<br>Estado | Bajo     | 18  | 15.3%  |
|                     | Promedio | 74  | 62.7%  |
|                     | Alto     | 26  | 22.0%  |
|                     | Total    | 118 | 100.0% |
| Ansiedad-<br>Rasgo  | Bajo     | 28  | 23.7%  |
|                     | Promedio | 34  | 28.8%  |
|                     | Alto     | 56  | 47.5%  |
|                     | Total    | 118 | 100.0% |

*Nota: Datos obtenidos del inventario de ansiedad estado rasgo.*

En la tabla 9 y figura 2 se analizó el nivel de ansiedad que presentan los estudiantes, es así como en la ansiedad estado predomina el nivel promedio en el 62.7% y solo el 15.3% tiene nivel bajo de ansiedad, por otro lado, en la ansiedad rasgo el 47.5% obtuvo nivel alto y solo el 23.7% posee nivel bajo de ansiedad rasgo.



*Figura 2 Niveles de ansiedad en estudiantes.*

Nota: La figura 1 representa los estadísticos descriptivos de <sup>1</sup> los niveles de ansiedad en estudiantes de educación superior.

## 4.2. Prueba de hipótesis

**Hipótesis general:** Procrastinación académica y ansiedad.

Tabla 10 Relación entre la procrastinación académica y la ansiedad.

|                 |                           | Ansiedad-estado           | Ansiedad-rasgo |       |
|-----------------|---------------------------|---------------------------|----------------|-------|
| Rho de Spearman | Procrastinación académica | Coficiente de correlación | ,831**         | ,220* |
|                 |                           | Sig. (bilateral)          | 0.000          | 0.017 |
|                 |                           | N                         | 118            | 118   |

Nota: Datos obtenidos del cuestionario de procrastinación académica y el inventario de ansiedad estado rasgo.

La tabla 10 se aprecia que, después de analizar los datos mediante la prueba rho de Spearman, existe una correlación directa de grado alto  $\rho=0.831$ , además es una correlación altamente significativa  $p<0.05$  entre la procrastinación académica y la ansiedad-estado; por otro lado, existe una correlación directa de grado muy bajo  $\rho=0.220$ , además es una correlación altamente significativa  $p<0.05$  entre la procrastinación académica y la ansiedad-rasgo.

**Hipótesis planteada:** Existe relación significativa entre procrastinación académica y la ansiedad en estudiantes del Instituto de Educación Superior Privado de Comercio Exterior ADEX, Lima, 2022.

**Decisión:** Se acepta la hipótesis planteada, pues el valor obtenido de la significancia tanto en la ansiedad estado en la ansiedad rasgo,  $p=0.000$  el cual al ser menor a  $p<0.05$ , se asume que las variables se encuentran relacionadas.

**Hipótesis específica:** Autorregulación académica y ansiedad-estado.

Tabla 11 Relación entre la autorregulación académica y la ansiedad-estado.

|                 |                           | Ansiedad-estado           |        |
|-----------------|---------------------------|---------------------------|--------|
| Rho de Spearman | Autorregulación académica | Coficiente de correlación | -0.148 |
|                 |                           | Sig. (bilateral)          | 0.110  |
|                 |                           | N                         | 118    |

Nota: Datos obtenidos del cuestionario de procrastinación académica y el inventario de ansiedad estado rasgo.

La tabla 11 se aprecia que, después de analizar los datos mediante la prueba rho de Spearman, no existe relación significativa  $p=.110$  entre la autorregulación académica y la ansiedad estado.

**Hipótesis planteada:** Existe relación significativa entre la autorregulación académica y la ansiedad-estado en estudiantes del Instituto de Educación Superior Privado de Comercio Exterior ADEX, Lima, 2022.

**Decisión:** Se rechaza la hipótesis planteada, pues el valor obtenido de la significancia tanto en la ansiedad estado en la ansiedad-estado,  $p=.110$  el cual al ser mayor a  $p>.05$ , se asume que las variables no se encuentran relacionadas.

**Hipótesis específica:** Autorregulación académica y ansiedad-rasgo.

Tabla 12 Relación entre la autorregulación académica y la ansiedad-rasgo.

|                 |                           | Ansiedad-rasgo              |        |
|-----------------|---------------------------|-----------------------------|--------|
| Rho de Spearman | Autorregulación académica | Coefficiente de correlación | -0.134 |
|                 |                           | Sig. (bilateral)            | 0.148  |
|                 |                           | N                           | 118    |

Nota: Datos obtenidos del cuestionario de procrastinación académica y el inventario de ansiedad estado rasgo.

La tabla 12 se aprecia que, después de analizar los datos mediante la prueba rho de Spearman, no existe relación significativa  $p=.148$  entre la autorregulación académica y la ansiedad rasgo.

**Hipótesis planteada:** Existe relación significativa entre la autorregulación académica y la ansiedad-rasgo en estudiantes del Instituto de Educación Superior Privado de Comercio Exterior ADEX, Lima, 2022.

**Decisión:** Se rechaza la hipótesis planteada, pues el valor obtenido de la significancia tanto en la ansiedad-rasgo en la ansiedad rasgo,  $p=.148$  el cual al ser mayor a  $p>.05$ , se asume que las variables no se encuentran relacionadas.



**Hipótesis específica:** Postergación de actividades y ansiedad-estado.

Tabla 13 Relación entre la postergación de actividades y la ansiedad-estado.

|                 |                             | 21<br>Ansiedad-<br>estado                       |                 |
|-----------------|-----------------------------|---|-----------------|
| Rho de Spearman | Postergación de actividades | Coefficiente de correlación<br>Sig. (bilateral) | ,823**<br>0.000 |
|                 |                             | N   | 118             |

Nota: Datos obtenidos del cuestionario de procrastinación académica y el inventario de ansiedad estado rasgo.

La tabla 13 se aprecia que, después de analizar los datos mediante la prueba rho de Spearman, existe una correlación directa de grado alto  $\rho=0.833$ , además es una correlación altamente significativa  $p<0.05$  entre la postergación de actividades y la ansiedad-estado.

**Hipótesis planteada:** Existe relación significativa entre la postergación de actividades y la ansiedad-estado en estudiantes del Instituto de Educación Superior Privado de Comercio Exterior ADEX, Lima, 2022.

**Decisión:** Se acepta la hipótesis planteada, pues el valor obtenido de la significancia tanto en la ansiedad-estado en la ansiedad rasgo,  $p=0.000$  el cual al ser menor a  $p<0.05$ , se asume que las variables se encuentran relacionadas.

**Hipótesis específica:** Postergación de actividades y ansiedad-rasgo.

Tabla 14 Relación entre la postergación de actividades y la ansiedad-rasgo.

|                 |                             | 21<br>Ansiedad-<br>rasgo                        |                 |
|-----------------|-----------------------------|---|-----------------|
| Rho de Spearman | Postergación de actividades | Coefficiente de correlación<br>Sig. (bilateral) | ,731**<br>0.000 |
|                 |                             | N   | 118             |

Nota: Datos obtenidos del cuestionario de procrastinación académica y el inventario de ansiedad estado rasgo.

La tabla 14 se aprecia que, después de analizar los datos mediante la prueba rho de Spearman, existe una correlación directa de grado alto  $\rho=0.731$ , además es una correlación altamente significativa  $p<0.05$  entre la postergación de actividades y la

ansiedad-rasgo.

**Hipótesis planteada:** Existe relación significativa entre la postergación de actividades y la ansiedad-rasgo en estudiantes del Instituto de Educación Superior Privado de Comercio Exterior ADEX, Lima, 2022.

**Decisión:** Se acepta la hipótesis planteada, pues el valor obtenido de la significancia tanto en la ansiedad estado en la ansiedad-rasgo,  $p=.000$  el cual al ser menor a  $p<.05$ , se asume que las variables se encuentran relacionadas.

#### 4.3. Discusión de resultados

El estudio realizado se llevó a cabo teniendo en cuenta el objetivo de definir la relación entre procrastinación académica y la ansiedad en estudiantes de un Instituto de Educación Superior Privado de Comercio Exterior, Lima, 2022, ello después de un análisis profundo en referencia a la problemática existente en la ya mencionada unidad de análisis.

Para cumplir con dicho objetivo, se realizó el análisis de la normalidad de los datos, con el cual se pudo establecer que, para el análisis correlacional la prueba idónea era la rho de Spearman en la cual, se demostró que la procrastinación académica presenta relación directa moderada y altamente significativa con la ansiedad estado y rasgo; los resultados de la investigación son relevantes, pues permitieron comprobar las hipótesis inicialmente planteadas, además otorgan sustento fáctico al planteamiento teórico realizado por Trías & Arregui (2020) quien entendía a la procrastinación académica como aquel comportamiento donde el aprendiz presenta dificultades en cuanto a su autorregulación producto de la falta de objetivos y planificación, y que considera como un elemento fundamental en la aparición de ansiedad, la cual, Bartra, et. al, (2020) consideran como un estado que se encuentra cargado de inquietud y excitación, y que es constantemente desagradable; es imprescindible señalar que lo encontrado, difieren a los resultados obtenidos por Marquina, et. al, (2018) en su estudio conformado por 100 estudiantes universitarios de Lima, en los que demostraron que no hay relación significativa entre las variables estudiadas ( $r=-.072$ ;  $p=.475$ ). por otro lado, son similares a los encontrados por Estrada & Mamani (2020) en su investigación realizada en 220 estudiantes universitarios

de Madre de Dios en los que demostraron la existencia existir relación significativa entre ambas variables ( $r= 0,359$ ;  $p=0,000$ ).

Por otro lado, y teniendo en cuenta el objetivo de identificar el nivel de procrastinación académica en estudiantes de un Instituto de Educación Superior Privado de Comercio Exterior, se encontró que, en los estudiantes predomina el nivel regular de procrastinación académica; dichos resultados son relevantes debido a que muestran la realidad presente en la unidad de análisis, además otorgan sustento al planteamiento teórico realizado por Ramírez et. al (2020) quienes consideran que la procrastinación presente en el área académica es un comportamiento no racional de prorrogación de las actividades en la cual se manifiesta una pérdida de motivación de éxito, generando presencia de ansiedad en niveles elevados, además, se establece que, los resultados encontrados son similares a los encontrados García & Pérez (2018) en su investigación realizada en 123 universitarios de Trujillo y que demostró una predominancia del nivel medio de procrastinación en el 82.9%, por otro lado, difieren de los encontrados por, Estrada & Mamani (2020) en su investigación realizada en 220 estudiantes universitarios de Madre de Dios en los que encontró predominancia de nivel alto en el 48.2%

En cuanto a la ansiedad se encontró que, predomina el nivel promedio en la ansiedad estado, mientras que en la ansiedad rasgo predomina el nivel alto, dichos resultados permiten mostrar la realidad, de los estudiantes, en los que se demuestra la presencia de ansiedad, concordando con la problemática planteada, además, permite dar sustento al planteamiento teórico realizado por Spielberger (2010) quien establece que la ansiedad como rasgo forma parte de una tendencia a comprender los eventos del medio en el que se desenvuelve una persona como eventos amenazantes, mientras que, la ansiedad como estado, se refiere a la manera en el que un sujeto reacciona ante una situación específica, y se caracteriza por ser un estado transitorio. Estos resultados son similares a los encontrados por, Estrada & Mamani (2020) en su investigación realizada en 220 estudiantes universitarios de Madre de Dios en los que encontró predominancia de nivel alto de ansiedad en el 39%.

Continuando el análisis, se logró demostrar que no existe una correlación entre la autorregulación académica y la ansiedad estado, del mismo modo, no

<sup>8</sup> existe una correlación entre autorregulación académica y la ansiedad-rasgo, dichos resultados permiten dar una visión diferente al planteamiento realizado por Tapia & Príncipe (2018) quienes consideran que la ansiedad es producto de la poca capacidad de control de las actividades académicas; además es importante resaltar que los resultados encontrados difieren a los mostrados por Aguilar & Mamani, (2018) en su investigación realizada en 200 estudiantes universitarios de Lima, en los que demostró la existencia de una relación muy baja entre la dimensión retraso de actividades y la ansiedad rasgo ( $r=.15$ ).

Finalmente, se logró demostrar que existe una correlación directa de grado moderado altamente significativa entre la postergación de actividades y la ansiedad estado, del mismo modo, existe una correlación directa de grado bajo altamente significativa entre la postergación de actividades y la ansiedad rasgo, dichos resultados permiten dar sustento al planteamiento realizado por Bartra, et. al, (2020) quienes consideran que la ansiedad es un cuadro clínico que se encuentra asociado en la mayor cantidad de casos a un poco habilidad por parte de las personas realizar conductas dilatorias; además son similares a los encontrados por Aguilar & Mamani, (2018) en su investigación realizada en 200 estudiantes universitarios de Lima, en los que demostró la existencia de una relación muy baja entre la dimensión retraso de actividades y la ansiedad-rasgo ( $r=.158$ ).

### 5.1. Conclusiones

- Existe una correlación directa en ambas dimensiones, procrastinación académica y la ansiedad estado, siendo de grado alto  $\rho = .831$ , altamente significativa  $p < .05$ ; por otro lado, entre la dimensión procrastinación académica y la dimensión ansiedad rasgo existe una correlación directa de grado muy bajo  $\rho = .220$ , altamente significativa  $p < .05$ .
- Predomina el nivel regular de procrastinación académica en el 55.1% en los estudiantes, del mismo modo, en la dimensión autorregulación académica predomina el nivel regular en el 59.3% y en la postergación de actividades predomina el nivel alto en el 71.2% de los estudiantes.
- En la ansiedad-estado predomina el nivel promedio en el 62.7%, en la ansiedad rasgo el 47.5% obtuvo nivel alto.
- Entre la autorregulación académica y la ansiedad-estado no existe relación significativa  $p = .110$ .
- Entre la autorregulación académica y la ansiedad-rasgo  $\rho$  de Spearman, no existe relación significativa  $p = .148$ .
- Entre la postergación de actividades y la ansiedad-estado existe una correlación directa de grado alto  $\rho = .823$ , altamente significativa  $p < .05$ .
- Entre la postergación de actividades y la ansiedad-rasgo existe una correlación directa de grado alto  $\rho = .731$ , además es una correlación altamente significativa  $p < .05$ .

### 5.2. Sugerencias

- A la institución se recomienda la creación o implementación de talleres o programas con fines preventivos con el fin de dar herramientas a los estudiantes en cuanto a la ansiedad, así como en organización y estrategias que se adapten a ellos para organizar su tiempo y actividades.
- A la institución, se recomienda hacer la réplica de este estudio con la nueva población ingresante, así como con la población evaluada durante periodos como exámenes para poder corroborar si hay cambios debido al avance o son

intrínsecos a la población. Además, se recomienda ampliar la muestra para identificar posibles ciclos que necesiten intervención en estos temas.

- Al área de Psicología se recomienda brindar talleres para que los estudiantes puedan reconocer qué es la ansiedad y en qué situaciones se presenta, así como de qué manera pueden reaccionar e implementar estrategias frente a situaciones que puedan causar tensión. Además, de brindar talleres en cuanto a la regulación de conductas, hábitos de estudio y postergación de tareas.
- Se recomienda hacer un identificar y hacer seguimiento a estudiantes de mayor riesgo para que se puedan intervenir a través de pautas de afrontamiento o de lo contrario realizar derivaciones externas de ser necesario.
- A los aprendices, se les recomienda hacer un análisis intrapersonal de manera que puedan enfocar sus metas y objetivos con respecto a su proyecto de vida en los diferentes aspectos de su vida tales como académico, profesional, personal, familiar, etc. y así conseguir que se tenga un motivador claro para autorregular las conductas procrastinadoras.
- A futuros investigadores, se les recomienda tomar esta investigación como referencia y replicarla en otras poblaciones, así como considerar otros factores que pudieran impactar en los resultados obtenidos como el nivel económico, lugar de residencia, edad, entre otros.

# PROCRASTINACIÓN, ACADÉMICA, Y ANSIEDAD, EN ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR PRIVADO DE COMERCIO EXTERIOR, LIMA, 2022

## INFORME DE ORIGINALIDAD

14%

INDICE DE SIMILITUD

14%

FUENTES DE INTERNET

1%

PUBLICACIONES

7%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

## FUENTES PRIMARIAS

|   |   |     |
|---|---|-----|
| 1 | <a href="https://hdl.handle.net">hdl.handle.net</a><br>Fuente de Internet                 | 5%  |
| 2 | <a href="https://repositorio.ucv.edu.pe">repositorio.ucv.edu.pe</a><br>Fuente de Internet | 2%  |
| 3 | Submitted to Universidad Catolica de Trujillo<br>Trabajo del estudiante                   | 1%  |
| 4 | <a href="https://repositorio.uss.edu.pe">repositorio.uss.edu.pe</a><br>Fuente de Internet | 1%  |
| 5 | <a href="https://repositorio.uct.edu.pe">repositorio.uct.edu.pe</a><br>Fuente de Internet | 1%  |
| 6 | Submitted to Universidad de San Buenaventura<br>Trabajo del estudiante                    | 1%  |
| 7 | <a href="https://es.scribd.com">es.scribd.com</a><br>Fuente de Internet                   | 1%  |
| 8 | <a href="https://1library.co">1library.co</a><br>Fuente de Internet                       | <1% |

|    |   |      |
|----|---|------|
| 9  | Submitted to Universidad San Ignacio de Loyola<br>Trabajo del estudiante                  | <1 % |
| 10 | Submitted to Universidad Cesar Vallejo<br>Trabajo del estudiante                          | <1 % |
| 11 | repositorio.autonoma.edu.pe<br>Fuente de Internet   | <1 % |
| 12 | Submitted to Universidad Continental<br>Trabajo del estudiante                            | <1 % |
| 13 | Submitted to Universidad Peruana Cayetano Heredia<br>Trabajo del estudiante               | <1 % |
| 14 | repositorio.unfv.edu.pe<br>Fuente de Internet   | <1 % |
| 15 | repositorio.upagu.edu.pe<br>Fuente de Internet  | <1 % |
| 16 | repositorio.unjfsc.edu.pe<br>Fuente de Internet   | <1 % |
| 17 | Submitted to Universidad Femenina del Sagrado Corazón<br>Trabajo del estudiante           | <1 % |
| 18 | docplayer.es<br>Fuente de Internet  | <1 % |
| 19 | (Carlinda Leite and Miguel Zabalza). "Ensino superior: inovação e qualidade na docência", | <1 % |



# Repositório Aberto da Universidade do Porto, 2012.

Publicación

20

[repositorio.uwiener.edu.pe](http://repositorio.uwiener.edu.pe)

Fuente de Internet

<1 %

21

[apuntesuniversitarios.upeu.edu.pe](http://apuntesuniversitarios.upeu.edu.pe)

Fuente de Internet

<1 %

22

[www.dspace.uce.edu.ec](http://www.dspace.uce.edu.ec)

Fuente de Internet

<1 %

Excluir citas

Apagado

Excluir coincidencias < 16 words

Excluir bibliografía

Apagado