

# ANSIEDAD Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO TECNOLÓGICO - POMABAMBA, 2021

*por* Rimar Bustamante Colombino Flores

---

**Fecha de entrega:** 25-oct-2023 01:06p.m. (UTC-0500)

**Identificador de la entrega:** 2207088772

**Nombre del archivo:** TESIS\_-\_COLOMBINO\_FLORES\_RIMAR\_BUSTAMANTE\_-2021.docx (437.05K)

**Total de palabras:** 11888

**Total de caracteres:** 70807

**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO  
BENEDICTO XVI**

**ESCUELA DE POSGRADO  
MAESTRÍA EN INVESTIGACION Y DOCENCIA  
UNIVERSITARIA**



**ANSIEDAD Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN  
ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO TECNOLÓGICO -  
POMABAMBA, 2021**

Tesis para obtener el grado académico de:  
**MAESTRO EN INVESTIGACIÓN Y  
DOCENCIA UNIVERSITARIA**

**AUTOR**

Br. Rimar Bustamante, Colombino Flores

**ASESORA**

Dra. Magna Ruth, Meregildo Gómez

<https://orcid.org/0000-0001-6706-4752>

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN**

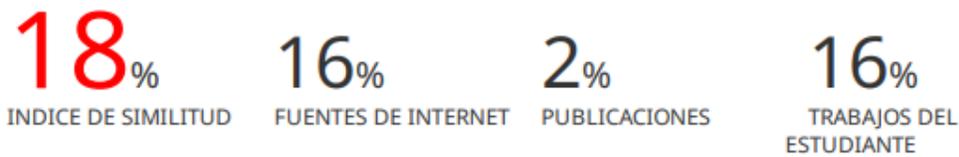
Gestión universitaria, currículo y metodologías de aprendizaje

**Trujillo - Perú**

**2023**

# ANSIEDAD Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO TECNOLÓGICO - POMABAMBA, 2021

## INFORME DE ORIGINALIDAD



## FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.uct.edu.pe	5%
	Fuente de Internet	
2	Submitted to Universidad Catolica de Trujillo	3%
	Trabajo del estudiante	
3	repositorio.cientifica.edu.pe	3%
	Fuente de Internet	
4	Submitted to Universidad Cesar Vallejo	2%
	Trabajo del estudiante	
5	repositorio.ucss.edu.pe	2%
	Fuente de Internet	
6	hdl.handle.net	1%
	Fuente de Internet	
7	Submitted to Universidad Autónoma de Ica	1%
	Trabajo del estudiante	

**AUTORIDADES UNIVERSITARIAS**

**Excmo. Mons. Hector Miguel Cabrejos Vidarte O.F.M**

Arzobispo metropolitano de Trujillo

Fundador y Gran Canciller de la

Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI

**R.P. Fray Dr. Juan José Lydon Mc Hugh OSA**

Rector de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI

**Dra. Silvia Ana Valverde Zavala**

Vicerrectora Académica

**Pbro. Dr. Alfredo Rubén Saavedra Rodríguez**

Director de la Escuela de Postgrado

**Dr. Francisco Alejandro Espinoza Polo**

Vicerrector de Instituto de Investigación (e)

**Mg. José Andrés Cruzado Albarrán**

Secretario General

## CONFORMIDAD DEL ASESOR

<sup>1</sup> Yo, Magna Ruth Meregildo Gómez con DNI N° 19032278, asesor(a) de la Tesis de Maestría titulada: "ANSIEDAD Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO TECNOLÓGICO - POMABAMBA, 2021",

Presentado por los(as) maestrandos(as) Br. Rimar Bustamante Colombino Flores, <sup>1</sup> con DNI N° 46902561 informo lo siguiente:

En cumplimiento de las normas establecidas en el Reglamento de la Escuela de Posgrado de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI, en mi calidad de asesor(a), me permito conceptuar que la tesis reúne los requisitos técnicos, metodológicos y científicos de investigación exigidos por la escuela de posgrado.

Por lo tanto, el presente trabajo de investigación está en condiciones para su presentación y defensa ante un jurado.

Trujillo, 27 de Abril de 2022



.....  
Magna Ruth Meregildo Gómez  
Asesor(a)

## **DEDICATORIA**

### **A Dios.**

<sup>6</sup> Cuya fortaleza ha sido fundamental para seguir adelante y ser forjador de mi camino, el que me acompaña y me guía en todo momento de mi vida, enseñándome cada día que perseverando podre lograr mis objetivos.

### **A mis padres.**

Eleuterio Colombino De La Cruz, Debido a su sabio consejo, que es brillante y guía en un viaje de una vida imprevisto.

Hilaria Flores Bernuy, por tus palabras cargadas de ternura que llenaron de felicidad mi alma que me inspiraron a hacer una mejor persona.

### **A mis hermanos.**

Micaela, Miki & Roxana, por ser compañeros inseparables, cómplices en esta larga travesía de la vida y les agradezco por el amor infinito.

### **A mi esposa.**

Felisa Rosa Torres Moreno, de su ayuda absoluta y altruista en aquellos momentos en que el estudio y trabajo ocuparon mi tiempo y esfuerzo para la finalización de mi trabajo de investigación.

## **AGRADECIMIENTO**

A nuestro divino creador, en concederme la fortaleza para finalizar el trabajo de investigación y el vigor para lograr mi objetivo.

A la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI”, de las facilidades brindadas durante el proceso del trabajo de estudio, así mismo agradecerle por ser parte en la culminación de la Maestría en Investigación y Docencia Universitaria.

De la misma forma para las personas que trabajan en la UCT, por su atención y benevolencia que significa la calidad de persona, además cada maestro con sus conocimientos ha contribuido invaluable a forjar buenos profesionales al servicio de la sociedad.

Para la Dra. Magna Ruth, MEREGILDO GÓMEZ fue, sin duda, una persona excepcional y afable profesional; Su dilatada experiencia, dedicación y paciencia ha sido un sólido resultado en la realización de esta labor de aprendizaje permanente.

## DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD

Yo, COLOMBINO FLORES RIMAR BUSTAMANTE con DNI 46902561 <sup>1</sup> egresado de la Maestría en Investigación y Docencia Universitaria de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI, doy fe que he seguido rigurosamente los procedimientos académicos y administrativos emanados por la Escuela de Posgrado de la citada Universidad para la elaboración y sustentación de la tesis titulada: “ANSIEDAD Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO TECNOLÓGICO - POMABAMBA, 2021”, la que consta de un total de 53 páginas, en las que se incluye 3 tablas, más un total de 9 páginas en apéndices y/o anexos.

Dejo constancia de la autoridad y autenticidad de la mencionada investigación y declaro bajo juramento en razón a los requerimientos éticos, que el contenido de dicho documento, corresponde a mi autoría respecto a redacción, organización, metodología y diagramación. A sí mismo, garantizo que los fundamentos teóricos están respaldados por el referencial bibliográfico, asumiendo un mínimo porcentaje de omisión involuntario respecto al tratamiento de cita de autores, lo cual es de mi entera responsabilidad.

Se declara también que el porcentaje de similitud o coincidencia es de 17%, el cual es aceptado por la Universidad Católica de Trujillo.

Autor



---

COLOMBINO FLORES, Rimar Bustamante

DNI. 46902561

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

PÁGINA DE AUTORIDADES.....	ii
PÁGINA DE CONFORMIDAD DEL ASESOR.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
DEDICATORIA.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
AGRADECIMIENTO.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
ÍNDICE DE CONTENIDOS.....	vi <b>Error! Bookmark not defined.</b>
ÍNDICE DE TABLAS.....	ix
RESUMEN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
ABSTRACT.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Capítulo I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.1. Planteamiento del problema.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.2. Formulacion del problema.....	3
1.2.1. Problema general.....	3
1.2.2. Problemas específicos.....	3
1.3. Formulacion de objetivos.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.3.1.Objetivo general.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.3.2.Objetivos específicos.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.4. Justificación de investigación.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Capitulo II: MARCO TEÓRICO.....	5
2.1. Antecedentes de la investigación.....	5
2.2. Bases teórico científicas.....	7
2.3. Definición de términos básicos.....	14
2.4. Formulación de hipótesis.....	15
2.4.1.Hipótesis general.....	15
2.4.2.Hipotesis específica.....	15
2.5. Operacionalización de variables.....	16
Capitulo III: METODOLOGÍA.....	17
3.1. Tipo de investigación.....	17

3.2. Método de investigación.....	17
3.3. Diseño de investigación.....	17
3.4. Población, muestra y muestreo.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.5. Técnicas e instrumentos de recojo de datos.....	19
3.6. Técnicas de procesamiento y análisis de datos.....	19
3.7. Ética investigativa.....	20
Capítulo IV: RESULTADOS .....	21
4.1. Presentación y análisis de resultados .....	21
4.2. Discusión de resultados.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>2</b> Capítulo V: CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS .....	25
5.1. Conclusiones.....	25
5.2. Sugerencias.....	25
REFERENCIA BIBLIOGRÁFICAS .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>1</b> ANEXO Y/O APENDICES .....	31
Anexo 1: Instrumentos de medición.....	31
Anexo 2: Ficha técnica.....	34
Anexo 3: Validez y Fiabilidad de Instrumentos.....	36
Anexo 4: Base de datos.....	38
Anexo 5: Matriz de Consistencia.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.....	21
<i>Correlación entre ansiedad y procrastinación academica .....</i>	<i>21</i>
Tabla 2.....	21
<i>Correlación entre ansiedad y procrastinación academica en su dimension aplazamiento / postergación .....</i>	<i>21</i>
Tabla 3.....	23
<i>Correlación entre ansiedad y procrastinación academica en su dimension autorregulación .....</i>	<i>23</i>

## RESUMEN

El presente estudio tuvo como propósito determinar la relación entre ansiedad y procrastinación académica en estudiantes de educación superior tecnológico privado Walter Peñaloza Ramella Pomabamba, 2021. La investigación se desarrolló bajo un diseño descriptivo correlacional, no experimental, con una muestra de 132 estudiantes de sexo masculino y femenino. Para la recolección de datos, se aplicaron la Escala de Rasgos de Ansiedad de Spielberger (STAI – ESTADO) y la Escala de Procrastinación Académica (EPA). La información obtenida se presenta en tablas estadísticas, y el análisis de la relación entre las variables de estudio se realizó mediante es estadístico (r) de Pearson. Los resultados que se encontraron en esta investigación demuestran que no existe correlación entre las dos variables de estudio ansiedad y procrastinación académica.

Palabras claves: Ansiedad y Procrastinación Académica

## ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the relationship between anxiety and academic procrastination in private technological higher education students Walter Peñaloza Ramella Pomabamba, 2021. The research was developed under a descriptive correlational, non-experimental design, with a sample of 132 male students. And feminine. For data collection, the Spielberger Trait Anxiety Scale (STAI – ESTADO) and the Academic Procrastination Scale (EPA) were applied. The information obtained is presented in statistical tables, and the analysis of the relationship between the study variables was performed using Pearson's (r) statistic. The results found in this research show that there is no correlation between the two-study variables anxiety and academic procrastination.

Keywords: Anxiety and Academic Procrastination



## Capítulo I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

### 1.1. Planteamiento del problema

Ansiedad y procrastinación son dos variables que se experimentan con frecuencia en casi todas las situaciones del trabajo global. Hoy en día, los seres humanos hacen un sin número de promesas que no pueden concluir, lo que genera un alto grado de ansiedad. El acto de retrasar decisiones y actividades se llama procrastinación.

A lo largo de los años, debido a las circunstancias humanas, las diversas actividades han llevado a la postergación y retraso en la entrega de un proyecto, obra y tareas que se ha convertido en condiciones artificiales por su obiedad, generando problemas a nivel mundial que es considerado uno de los pilares básicos para mantener los efectos personales como manifiestan (Clariana, Cladellas; Badía y Gotzens, 2011). Donde mencionan que las actividades de retraso son un comportamiento que puede estar relacionado con algunos cambios en diferentes áreas de la vida (por ejemplo, familia, trabajo, educación, etc.). Para aclarar la palabra procrastinación, usaremos como base la etimología Según el Real Instituto de la Lengua Española, la palabra deriva de dos palabras latinas: "pro" y "crastinare", que indican aprobación y relativo al mañana; luego en términos generales, tenemos sinónimos, por ejemplo: retrasar o dejar pendiente actividades para el otro día.

Este comportamiento, hábito / o conducta se enfatiza y se fortalece en los estudiantes universitarios donde casi siempre suelen tener una razón en no en entregar sus trabajos, que se debe a muchas razones. A ellos se les clasifica de irresponsables /perezosos y no existe un análisis de la causa raíz de este comportamiento. Las razones pueden ser tan diversas como la perfección, el miedo al fracaso, y el pensamiento irracional en la incompetencia o que muchas distracciones tecnológicas actuales tienen factores disruptivos y falta de interés por aprender. Para ser precisos, el acto de retrasar o posponer actividades relacionadas con el aprendizaje a otras actividades agradables o no relacionadas se demarca como: Aprender a procrastinar se vuelve importante debido a las consecuencias dañinas que puede tener sobre la salud, las emociones negativas y el aprendizaje, y será muy importante, porque hará que muchos estudiantes abandonen o suspendan , y no puedan completar sus carreras profesionales o por ello, todavía no están completamente listos para afrontar desafíos de la vida. Actualmente existe muy poca investigación relacionada con este tema, aunque el término procrastinación es relativamente moderno, es una acción que existe desde la antigüedad y se le atribuye adjetivos destacando como la pereza / ocio de una actuación

habitual de la población universitaria. A sí mismo el 80% y el 95% de los estudiantes adoptan un hábito dilatorio en un momento dado, el 75% piensa que posponen las cosas y el 50% a menudo pospone el aprendizaje. (Rodríguez y Clariana, 2017).

Los patrones cognitivos y conductuales relacionados con la finalidad de realizar la tarea, además de no ser diligente en iniciar, desarrollar y completar tareas, las cuales irán acompañadas de experiencias de inquietud, frustración y ansiedad, (Alegre, 2014).

La educación superior, <sup>5</sup> debido a las exigencias académicas, psicológicas y sociales que enfrentan los adultos mayores hoy en día, sería un grupo en riesgo de desarrollar ansiedad por retraso en el desarrollo (Cardona, Pérez, Rivera, Gómez & Reyes, 2015). “Para Zung define que el ansia es una intensa incomodidad cognitivo, de un sentimiento que se le hace difícil controlar eventos futuros al sujeto. “Es importante entender que en algunos casos, el estado emocional que vive una persona es normal, así como un aviso de peligro inminente que le permite actuar ante una amenaza”. (Bogorkes, 2015). Todas las personas se sienten ansiosas en algún momento de sus vidas porque esta es una respuesta común a situaciones estresantes cotidianas, pero cuando las personas se sienten ansiosas en un nivel superior, mostrarán una sensación de preocupación vaga y desagradable, generalmente acompañada de cosas como dolor de cabeza, taquicardia, sudoración, malestar e inquietud en la parte superior del abdomen (Cardona et al, 2015).

A la luz de lo anterior, es importante investigar sobre las dificultades actuales que se presentan en ambas variables como: no completar trabajos, participar en <sup>5</sup> exposiciones, proyectos de investigación u otras actividades dentro del tiempo asignado, lo que afecta en gran medida el rendimiento académico y puede provocar un aumento de la ansiedad. Por tanto, dicho estudio proporcionará conocimientos científicos y permitirá soluciones más objetivas al problema.

## **1.2. Formulación del problema**

### **1.2.1. Problema general**

- ❖ ¿Qué relación existe entre ansiedad y procrastinación académica en estudiantes del instituto superior tecnológico privado Walter Peñaloza Ramella Pomabamba, 2021?.

### **1.2.2. Problemas específicos**

1. ¿Existe relación entre la ansiedad y la dimensión aplazamiento/postergación de la procrastinación académica en estudiantes de educación superior tecnológico privado Walter Peñaloza Ramella Pomabamba, 2021?.
2. <sup>4</sup> ¿Existe relación entre la ansiedad y la dimensión autorregulación de la procrastinación académica en estudiantes de educación superior tecnológico privado Walter Peñaloza Ramella Pomabamba, 2021?.

## **1.3. Formulación de objetivos**

### **1.3.1. Objetivo general**

Determinar la relación entre ansiedad y procrastinación académica en estudiantes de educación superior tecnológico privado Walter Peñaloza Ramella Pomabamba, 2021.

### **1.3.2 Objetivos específicos**

1. Identificar la relación entre ansiedad y la dimensión aplazamiento/postergación de la procrastinación académica en estudiantes de educación superior tecnológico privado Walter Peñaloza Ramella Pomabamba, 2021.
2. Identificar la relación entre ansiedad y <sup>4</sup> la dimensión autorregulación de la procrastinación académica en estudiantes de educación superior tecnológico privado Walter Peñaloza Ramella Pomabamba, 2021.

#### 1.4. Justificación de la investigación

El proceso de adaptación a la vida universitaria requiere cambiar la forma de estudiar e invertir más tiempo, ya que los hábitos de los estudiantes universitarios traen demandas académicas con diversas actividades como: análisis de lecturas, presentaciones, sustentaciones, encuestas, etc. es necesario organizarse como: administrar el tiempo y el esfuerzo para poder cumplirla. Sin embargo, para algunos estudiantes les resulta difícil autorregular su aprendizaje, lo que se deriva del hábito de diferir las tareas que dificulta la realización de proyectos en el campo: personal, social, laboral, académico, e impactar negativamente en la salud física y mental

Ante esta realidad, este trabajo de investigación es relevante porque busca relacionar la variable procrastinación y ansiedad, ya que la dilación académica es un comportamiento común que afecta a las personas a nivel universitario. Por otra parte, la ansiedad es un problema de salud pública al que se enfrentan a diario muchas personas, e incluso afecta negativamente a su vida psicológica, académica y social, dificultando el desempeño y consecución de objetivos personales. En teoría, el impacto de los temas de estudio en la salud mental de los estudiantes es importante, esto permitirá profundizar en la comprensión de su desarrollo, en el sentido de que las deducciones de la investigación pueden servir como punto de partida para implementar estrategias de intervención que beneficien a la comunidad universitaria, para mitigar el impacto de las variables de estudio en el desarrollo profesional de la persona. En tal sentido, existe una clara oportunidad de realizar aportes teóricos que ayudaran a un aumento de la bibliografía y contribuirá como referencia para futuros investigadores. Debido a las limitaciones de nuestro estudio y su impacto psicológico en nuestros estudiantes, nos enfrentamos a temas con alto potencial de crecimiento. Por consiguiente, las conclusiones de este trabajo será punto de partida estratégico para una mediación que beneficiará a la población de mayor nivel y reducirá la acumulación de actividades de desarrollo profesional de los educandos.

Al finalizar esta investigación tendrá valor empírico, dado que la información proporcionada se recopiló y se organizó sistemáticamente, en tal sentido dicho trabajo servirá de referencia para futuras investigaciones.

## Capítulo II. MARCO TEÓRICO

### 2.1. Antecedentes de la investigación

#### Internacional

Durán (2017); en su tesis de Maestría, titulado: “Procrastinación Académica y la Autorregulación Emocional en estudiantes de Licenciatura en Psicología”: Su finalidad fue construir una relación de procrastinación académica y autorregulación emocional en estudiantes de psicología de la Universidad Católica del Ecuador. La investigación se realizó utilizando métodos cuantitativos, alcance exploratorio, correlación descriptiva y diseño transversal no experimental. Con una muestra de 290 estudiantes. Los resultados mostraron el 58,3% de alumnos son procrastinadores algunas veces. Ante esto, el estudio de la Escala de Procrastinación de Tuckman (ATPS) que fue adaptado en Argentina, encontró que el 61.0% de los participantes evidenció una dilación moderada, mientras que la tasa de procrastinación académica fue tan alta como 16.2%. El Cuestionario de Regulación de las Emociones (ERQ) mostró más supresión emocional (M = 16,26 / 16 puntos). Incluso, la autorregulación emocional entre la procrastinación académica existe correlación baja positiva ( $r = -.292$ ), llegando a la conclusión que los estudiantes tienen más probabilidades de postergar las tareas académicas (13% y 16% respectivamente) está relacionada con la satisfacción académica.

En su investigación con: Pardo, Perilla & Salinas (2014); realizaron un estudio titulado: Procrastinación académica y ansiedad entre estudiantes de psicología. El objetivo se centró en describir la relación a través de las variables psicológicas y los efectos de ciertas variables sociodemográficas sociales sobre el retraso en las actividades escolares. Se han utilizado dos pruebas: Escala de Procrastinación Académica (EPA) adaptado por, Oscar Álvarez (2010) y la Escala de Ansiedad de Autodescripción (IDARE). Dicha muestra estuvo conformado por un total de 100 estudiantes, hombres y mujeres, con edades de 18 y 37 años. Cuyos resultados no evidenciaron relación adyacente de ansiedad y procrastinación. Por el contrario, no hubo diferencias significativas entre ambos géneros ( $P > 0,629$ ), lo que indica dicho estudio que: se encontró que hombres y mujeres tenían niveles similares de procrastinación. Finalmente, en sentido directo, el retraso escolar estuvo íntimamente relacionado con la ansiedad, es decir, cuanto más ansiosos eran los rasgos de personalidad, mayor era el riesgo de retraso conductual, y viceversa, es decir, tener un comportamiento académico de la dilación es tener una personalidad angustiosa mayor.

## Nacional

Tapia (2018); en su tesis de maestría titulada: Dilación académica y ansiedad en estudiantes de Ciencias de Salud de una Universidad de Lima Norte. Su propósito es determinar la relación entre dos variables de investigación, establecido con una muestra de 290 estudiantes universitarios, en este estudio se utilizó para la medición (EPA) Escala de procrastinación académica y la Escala de autoevaluación de ansiedad (EAA). Los resultados, mostraron ansiedad de mínima a moderada y hubo una clara relación, en el retraso de las tareas con la ansiedad y la ocupación profesional. Del mismo modo, se ha encontrado que los hombres procrastinan más que las mujeres experimentando niveles más altos de ansiedad al posponer actividades académicas.

En su tesis de Maestría por, Durand & Cucho (2016); titulada: Dilación académica y agitación en estudiantes de una prerrogativa privada de Lima Este, 2015. Su finalidad fue determinar la relación entre ambas variables. El trabajo se centró en diseños correlacionales, no experimentales y transversales. La muestra incluyó a 306 alumnos de 164 niñas y 142 hombres. Las herramientas utilizadas fueron: EPA – Escala ansiedad Becker BAI adoptada por Sanz, Vallar, De la Guía y Hernández en 2011. Encontrando como conclusión general el coeficiente de correlación de Spearman, con una correlación alta significativa de retraso escolar y ansiedad ( $\rho = -069$  y  $p = 437$ ); Llegando a concluir que la asistencia tardía de los estudiantes activos estará más ansiosos.

Palomino (2015); En su tesis sobre aplazamiento académico y agitación versus las evaluaciones en estudiantes universitarios. Tuvo como muestra a 130 estudiantes de ambas carreras profesionales, ingeniería y comunicaciones. En dicha investigación se utilizó los instrumentos de evaluación de Solomon y Rothblum (1984) para la dilación académica de igual forma la evaluación de respuesta Sarason (1984)”, incluso se desarrolló un análisis factorial para determinar los principales componentes de cada escala, y se encontraron tres elementos que podrían explicar la procrastinación: creencia en la falta de recursos, reacciones negativas a necesidades propias, como también carencia de energía para iniciar tareas; no obstante las respuesta del ítem a la evaluación son: pensamientos negativos antes e durante la evaluación, pensamientos irracionales y síntomas físicos angustiantes. Encontrando que existe una correlación entre las causas de procrastinación y factores que evalúan la respuesta, especialmente en términos de ideas negativos. Además, las mujeres

obtuvieron niveles promedio altos de síntomas físicos incómodos. Por el contrario, en algunas actividades académicas, los hombres puntuaron más alto en la procrastinación. Según el Instituto de Investigación, no encontrando diferencias significativas en la puntuación global debido a los factores de retraso.

### **Nivel Local**

García & Pérez (2018); Realizaron una investigación de licenciatura, en la ciudad de Trujillo titulado: Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Trujillo. El propósito fue determinar la correlación de ambas variables, en un grupo de estudiantes católicos de ingeniería industrial de dicha Universidad “Benedicto XVI”. Se trata de un estudio de campo descriptivo, correlativo, transversal, para determinar el grado relación. La investigación cubre al personal de ingeniería industrial en el primer semestre de 2018, con un total de 123 estudiantes. Como resultado se obtuvo que el 82,93% de los estudiantes que participan en este estudio tienen una dilación moderada y el 66,67% de los estudiantes también tienen ansiedad moderada, esta proporción es mayoritariamente masculina. En conclusión, existe relación pequeña (leve) y significativa de ambas variables de estudio, rho de Spearman = 0.386.

## **2.2. Bases teóricas científicas**

### **2.2.1. Definición de Ansiedad**

Spielberger (1983) define que es un cambio emocional perturbador provocado por estímulos externos, que son peligrosos para el sujeto y pueden provocar cambios físicos y emocionales.

La ansiedad normal proviene de las necesidades de la vida diaria, como tener que realizar exámenes, afrontar tareas y posiblemente reprobar en el semestre. En estas situaciones, la ansiedad es una señal de advertencia ante un evento de exposición la cual sirve para adaptarse ante la circunstancia, sin embargo las personas lo considera como tensión llegando a niveles elevados, como el terror o el pánico. Después del peligro la persona regresa a un estado eutémico que es la normalidad. Hernández et. Al (2008).

“La angustia patológica es causada por un estímulo interno desconocido que se vuelve persistente, y la ansiedad normal ocurre cuando se percibe y cesa cuando el estímulo que la provocó ha dejado de existir”.

Para Rojas (2014), Explica que la ansiedad, como el miedo de encontrarse con algo confuso, incierto, vago e impreciso, proporciona una referencia clara y es un miedo inexacto a la falta de objetos externos. También se menciona que se trata de una especie de emoción vigilante, que provocará ansiedad y clímax fisiológico en las personas, mostrando las características del miedo, el miedo y el mal augurio.

Por otra parte, Ferri (2015), señala que el ansia es desagradable que se adquiere a partir de situaciones peligrosas (consciente o inconscientemente). La mención de la neurosis es típico de la ansiedad, y la respuesta a este evento es el miedo humano, lo que significa miedo, puede suceder debido a un impulso reprimido.

Barahona (2018) detalla que la angustia es un estado complejo de comportamiento, emoción y respuesta física; distingue rasgos y estados de ansiedad.

Ramos y Pedraza (2017) consideran que la ansiedad es una emoción impulsiva resultante de un entorno peligroso o amenazante. Pueden mostrar una variedad de respuestas, ya sean cognitivas, físicas o psicológicas.

### **2.2.2. Causas de Ansiedad**

Rojas (2014) especifica que el trauma biográfico es una de las causas de la ansiedad, porque es un factor predisponente de frustración, inseguridad, agresión y miedo.

Baeza (2011), la razón es la siguiente:

- ❖ Componente de susceptibilidad.
- ❖ Principios biológicos.
- ❖ Personalidad, respuesta a un evento estresante.
- ❖ Factores ambientales.
- ❖ Factores desencadenantes o desencadenantes, situaciones o eventos provocados por el desbordamiento de nuestros recursos.
- ❖ Eventos de la vida que tienen graves consecuencias o requieren grandes esfuerzos para alcanzar metas.
- ❖ La ansiedad conduce a la pérdida de condición o capacidad, lo que dificulta tomar decisiones.

### 2.2.3 Tipos de Ansiedad.

Rojas (2014) refiere que existen tres elementos importantes (p.35).

- ❖ **Existencial:** No es patológico y lo presentan todos, se origina de la inquietud.
- ❖ **Exógena:** Es una situación de amenaza causado de problemas ambientales y por estímulos externos.
- ❖ **Endógena:** Es el área límite entre el cuerpo y el espíritu, y depende de la genética.

### 2.2.4 Factores de Ansiedad

Para, Vidal, Gómez, Hernández, Ibáñez y Pérez, (2008) mencionan que hay dos fuentes de estrés.

1. **Estado:** Es un estado emocional temporal del cuerpo humano, que muestra emociones relativas de estrés y ansiedad.

Barahona (2018) afirma que la ansiedad es un estado de sensibilidad a corto plazo a las reacciones emocionales ante determinadas situaciones específicas. Por lo mismo también menciona que el ansia es temporal, y se manifiesta a través de tres respuestas, primero la experiencia subjetiva, la activación fisiológica y finalmente la manifestación conductual.

2. **Rasgo:** Barahona (2018) la ansiedad es un rasgo que se manifiesta como una respuesta emocional crónica, una tendencia relativa a la ansiedad y una tendencia a considerar la situación como una amenaza, que se manifestará en cualquier tipo de situación.

### 2.2.5 Definiciones de procrastinación académica

Álvarez (2010) señaló que la procrastinación es la evitación y retraso de las tareas con excusas o excusas. También señaló que la procrastinación relacionada con las actividades de la vida diaria permite que las personas desarrollen y demuestren evasión de sus deberes y obligaciones, lo que afecta el desempeño, la armonía y su ingreso al orden social.

Por su parte, Arévalo (2011) considera la procrastinación como una actitud de postergación de actividades, académica, familiar y social. Las actividades académicas de alto nivel retrasan con frecuencia la implementación de las actividades planificadas en el nivel de orden tiene un bajo nivel de plan de actividades por delante.

Por otro parte, según el Diccionario de la RAE de inglés (22a edición) establece que la palabra procrastinación deriva de dos palabras latinas: pro (aprobación) y crastinare (relativo al mañana), que textualmente implica aplazamiento, retraso/o demorar (García, 2008; Steel, 2011).

Solomon, Rothblum y Murakami (1986) mencionan que: “La conducta es postergar las tareas académicas experimentando ansiedad asociada a la postergación” (p.387). De tal manera en su conceptualización de dilación académica continúa siendo válida, mencionado anteriormente por Onwuegbuzie (2004).

#### **2.2.6. Teorías psicopedagógicas**

**Abraham Maslow (Humanista):** Define que el ser procrastinador muchas veces se siente ansioso y preocupado además se da cuenta de que tiene el compromiso de modificar su comportamiento para alcanzar sus metas, porque las personas estamos en constante renovación y autorrealización, lo que también trae satisfacción. De igual manera " la teoría de la motivación humana" organizado de las necesidades que empujan a las personas a una jerarquía es de: fisiología, seguridad, amor/pertenencia, autoestima y autorrealización. Conceptualizando que la motivación está relacionada con la personalidad, por lo que la falta de motivación se considera una de las razones de la procrastinación. No todos tienen los mismos intereses, por lo que todos son únicos y diferentes, también tendrán diferentes necesidades de motivación relacionadas con sus objetivos y su entorno.

**Burrhus Frederic Skinner (Conductual):** Menciona que postergar responsabilidades es un hábito, que significa no cumplir con la tarea encomendada de lo contrario realizarlo “último momento” y muchas veces hacer esto de último minuto fue positivo para él porque logró presentar su trabajo. Esto está relacionado con las condiciones operativas de Skinner, las cuales determinan que cuando las personas piensan que tienen consecuencias positivas y se fortalecen con el tiempo, tienden a repetir su comportamiento. Para los pacientes con procrastinación, su comportamiento de postergación se ha fortalecido en una temprana edad de la infancia convirtiéndose en una conducta negativa a posteriores trayendo consecuencias en el desarrollo integral de su formación personal y profesional.

### 2.2.7. Tipos de procrastinación

- a) **Crónica:** Johnson, Ferrari y McCown (1995), sustentan de las personas eficientes suelen considerar la procrastinación crónica como un comportamiento irritante e ilógico, mientras que aquellos que han estado en el síndrome de procrastinación durante mucho tiempo suelen ser etiquetados como perezosos, ociosos y sin ambigüedades.
- b) **Académica:** Harris y Sutton (1983, citado por Binder, 2000), lo consideran que es el retraso en la entrega de trabajos escolares o universitarios, por lo que deciden esperar hasta el último minuto para completarlos causando ansiedad ante la situación.
- c) **Activa:** Con respecto a Parisi y Paredes (2007) opinaron de la procrastinación activa es cuando una persona sabe o esta consiente qué está retrasado en alguna tarea, a pesar de ello decide posponerla para el último minuto.
- d) **Pasivo:** Parisi y Paredes (2007) definen que las personas planean posponer los trabajos, proyectos o actividades intencionalmente, dudando de su capacidad para completar la tarea, teniendo un retraso pasivo. Se sentirán presionados cuando se acerque la fecha para proponer un trabajo y, de manera similar, si no confían y se sienten internos y frustrados, la presión aumentará.

### 2.2.8 Factores que inciden en la procrastinación

1. **Carece de motivación:** Para comprender las razones de la falta de motivación que provocan retrasos, vale la pena analizar la ecuación de retraso de Piers Steel (2005), quien menciona que la motivación se ve afectada por cuatro factores:
  - ❖ **Expectativa:** En términos generales, cuanto más tiempo tenemos para completar una tarea, más cómodos nos sentimos con la tarea y mayores son nuestra satisfacción de éxito.
  - ❖ **Valoración:** En cierto sentido, no son igualmente agradables, pero no todas las tareas que tenemos tienen el mismo valor para nosotros.
  - ❖ **Impulsividad:** Empezar un negocio sin reflexionar y caer en la trampa de las emociones fugaces es sin duda el secreto seguro para el bajo rendimiento, de la distracción y postergación. Es un rasgo de personalidad instantáneamente alcanzable, independientemente del resultado. Como mecanismo de defensa, no piensan en las consecuencias.

❖ **Demora de la satisfacción:** Es la capacidad de resistir la tentación de una recompensa inmediata y esperar ser recompensado más tarde. Por lo general, esto se relaciona con recompensas pequeñas pero inmediatas para obtener recompensas mayores y duraderas.

2. **Carece de conocimiento:** Ignoramos algunos aspectos de la tarea de procrastinar. Por lo general, cuando el trabajo es difícil, no sabemos por dónde empezar, no sabemos el objetivo, de lo contrario, llevará mucho tiempo y tendemos a posponer las cosas.

De igual forma, Arévalo (2011) refiere que existen 5 factores de dilación que son: Baja autoestima, dependencia, falta de motivación, desorganización y evasión de responsabilidad.

### 2.2.9 Características de los Procrastinadores

Knaus (1997) señala que los procrastinadores tienen algunos de los siguientes elementos o características:

- ❖ **Ansiedad y catástrofe:** En muchos casos, la ansiedad afecta el razonamiento, lo que lleva a tomar decisiones inválidas, facilitando posponer tareas laborales. Al final, los procrastinadores se ven a sí mismos como víctimas del medio ambiente.
- ❖ **Miedo al fracaso y perfeccionismo:** Los procrastinadores no pueden realizarse y utilizan esta actividad retrasada como una excusa más creíble para la frustración.
- ❖ **Rabia e impaciencia:** Este comportamiento se produce cuando el personal cobra por tareas que debe realizar. Lo que provocó que los sujetos entraran en la etapa de baja tolerabilidad y, como resultado, las actividades se retrasaron.
- ❖ **Necesidad de sentirse querido:** Esta situación no conlleva retrasos inmediatos, ya que sin reconocimiento social los sujetos suelen estar de acuerdo con las obligaciones impuestas por otros, lo que eventualmente conllevará retrasos en actividades de mayor responsabilidad en trabajos académicos.

### 2.2.10 Clasificación de los Procrastinadores

Angarita (2012), muestra que existen otros tipos de procrastinadores como:

- ❖ **Soñadores:** Desde la perspectiva del comportamiento cognitivo, la procrastinación es causada por una idea equivocada de una persona de lo que implica completar una actividad de manera adecuada, es decir, establece un alto pero no muy confiable Metas, y esto conduce principalmente a la frustración. Un ejemplo de estas ideas son: “todo estará bien”.

- ❖ **Atormentados:** El miedo es un pensamiento que dificulta la ejecución de cualquier tarea. Según Burka y Yuen en 1983; Steel (2007) citó el punto de vista de que la procrastinación tiene su concepto, porque le preocupa que los niños sientan que sus acciones desencadenarán resultados desfavorables, o por la formación de la relación de adquirir o quitar objetos.
- ❖ **Generadores de Crisis:** La característica de este grupo es trabajar bajo presión, es decir, están más dispuestos a protestar y crear una excusa para no ejecutarlo ninguna tarea. En 1926, Freud (1995) (citado por Ferrari (1995) señaló que la procrastinación está asociado a la definición de evitar actividades específicas, porque inconscientemente se observa que la persona deprimida está tratando de deshacerse de los obstáculos.
- ❖ **Sobrecargados:** En este caso las personas nunca saben decir "no", la única finalidad es para complacer a los demás, porque tienen muchas responsabilidades y no existe una sabia posibilidad de cumplir con todas sus obligaciones.
- ❖ **Desafiantes:** Lo que preocupa a este grupo es que se le asignan tareas, demostrando que tiene el control de su vida y evitando las tareas de manera positiva y directa.

#### **Causas de la procrastinación**

Se origina de enfermedades psicológicas como la ansiedad y depresión, teniendo ideas /o pensamientos irracionales sobre sí mismos porque no pueden valerse completamente ante las tareas o actividades, preocupándose por fallas que conlleva a la inseguridad causando insatisfacción de infelicidades relacionadas con las actividades. Sensación o tarea. (Scher y Ferrari, 2000).

#### **2.2.11 Enfoques teóricos.**

Procrastinación: Según Álvarez (2010), explicó tres métodos de procrastinación:

- ❖ **Psicodinámico:** Es el papel de la ansiedad en la evitación de tareas en el libro "Inhibidores, síntomas y ansiedad". Señaló que es una alarma para el YO. Cuando ves sustancias inconscientes reprimidas tratando de aparecer de manera influyente o amenazante, cuando el YO se detecta como sufrimiento, muestra un mecanismo de defensa que puede hacer Evita realizar tareas.
- ❖ **Conductual:** El comportamiento es estable después de ser fortalecido y persiste debido a sus resultados. Esto significa que una persona posterga porque tiende a

repetir el comportamiento fortalecido porque el entorno le permite a la persona desarrollar el comportamiento, por lo que la procrastinación es un comportamiento Escapa o evita con el tiempo.

- ❖ **Cognitivo Conductual:** La procrastinación es causada por el miedo, porque proponen nociones distorsionadas (creencias irracionales) que realizan las tareas correctamente.
- ❖ **Cognitivo:** Este es un proceso de desregulación de la información, lo que hace que las acciones inapropiadas las asocien con discapacidad, teniendo por lo contrario a ser creativos cuando no realizan actividades.
- ❖ **Motivacional:** Carranza y Ramírez (2013) Destacan que el éxito es una característica constante de una persona cuyo comportamiento triunfa eligiendo dos trabajos: Éxito y miedo al fracaso.

### 2.3. Definición de términos básicos

- ❖ **Ansiedad:** Esta es la respuesta de un individuo a un estímulo que clasifica como peligroso o amenazante.
- ❖ **Ansiógenos:** Conjunto de factores extrínsecos e intrínsecos que causan ansiedad.
- ❖ **Autoeficacia:** Conocimiento que determina la manera de pensar y actuar de cada persona que conoce sus capacidades, habilidades y limitaciones para tener éxito o prevenir un fracaso.
- ❖ **Cognitivo:** Se considera a todo aquello relacionado con el conocimiento que es producto del aprendizaje y la experiencia.
- ❖ **Autorregulación emocional:** Capacidad que adquieren los individuos para controlar sus emociones, sentimientos e impulsos frente a diferentes estímulos y situaciones.
- ❖ **Enfoque teórico:** Es la perspectiva que ayuda a comprender, explicar y dar solución resolver a diversas realidades problemáticas.
- ❖ **Conducta:** Es el comportamiento de un individuo ante una determinada situación.
- ❖ **Existencialismo:** corriente filosofía que busca comprender la realidad objetiva, dejando de lado toda subjetividad, como consecuencia de la experiencia y la existencia.
- ❖ **Motivación:** Se encuentra en los diversos factores que impulsan a las personas a actuar para lograr los objetivos establecidos.

- ❖ **Impulsividad:** Es un rasgo de personalidad que tienen cada individuo de reacciones rápidas, inesperadas y espontáneas ante cualquier situación. Es una condición en la cual una persona es incapaz de controlar los impulsos, tentaciones o deseos que siente y actúan sin considerar las consecuencias de sus actos.
- ❖ **Procrastinación:** Se entiende como el acto o voluntad de posponer o retrasar una tarea pendiente, independientemente de los factores que afecten al individuo, lo que suele provocar ansiedad, estrés, etc.
- ❖ **Satisfacción:** Se entiende como el estado de ánimo en que el individuo sentirá el mayor nivel de satisfacción.
- ❖ **Rendimiento académico:** Son los resultados de aprendizaje de los estudiantes son conocimientos adquiridos, lo que representan la capacidad que han aprendido durante el proceso de formación.

## 2.4. Formulación de hipótesis

### 2.4.1. Hipótesis general

**Hi:** Existe relación directa y significativa entre ansiedad y procrastinación académica en estudiantes de educación superior tecnológico privado Walter Peñaloza Ramella Pomabamba, 2021.

**Ho:** No existe relación significativa entre ansiedad y procrastinación académica en estudiantes de educación superior tecnológico privado Walter Peñaloza Ramella Pomabamba, 2021.

### 2.4.2 Hipótesis específicas

- a. Existe relación entre ansiedad y la dimensión aplazamiento/postergación de la procrastinación académica en estudiantes de educación superior tecnológico privado Walter Peñaloza Ramella Pomabamba, 2021.
- b. Existe relación entre ansiedad y la dimensión autorregulación de la procrastinación académica en estudiantes de educación superior tecnológico privado Walter Peñaloza Ramella Pomabamba, 2021.

## 2.5. Operacionalización de variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Instrumentos	Escala de medición
Ansidad	Spielberger (198) define que la ansiedad es una variación o cambio emocional desagradable, que se produce por estímulos externos considerándose peligroso para el sujeto que puede provocar cambios físicos y emocionales.	Para evaluar la variable "ansiedad" se empleará el cuestionario de ansiedad estado-rasgo (STAI) de Spielberger, Gorsuch y Lushene (1982), adaptada por Buela, Guillen y Seisdedos (2011). Se aplicará a los estudiantes y se clasificará en las siguientes categorías: Nada, Algo, Bastante y Mucho.	2 Estado	Relajación Calma Tensión Contrariedad Satisfacción Angustia Alegría Felicidad Inconstancia Tristeza Desconfianza en sí mismo Tranquilidad Pesimista Obsesivo Seguridad	1,15 2,8,11 3,13,14 4,6,18 5,16,10 7,9,12,17 19,20 21,30 22,34 23,24,35,38 25,32 26,27,36 28,40 29,31,37 33,39	Escala de ansiedad de Spielberger, Gosuch y Lushene (STAI-ESTADO).	Ordinal 0 =Nada 1= Algo 2=Bastante 3=Mucho
Procrastinación Académica	Busko (1998, citado por Alvarez, 2010) conceptualiza que la procrastinación es una acción de retrasar, evitar realizar las tareas, mediante la excusación o justificación. También mencionó que la postergación está relacionada con las actividades de la vida diaria, que permiten a las personas desarrollar y expresar su evasión de sus deberes y obligaciones, lo que afectará su desempeño e integración al sistema social.	Escala de procrastinación académica (EPA) evalúa el nivel en estudiantes que tiene 16 ítems con 5 posibilidades de respuesta (siempre, casi siempre, a veces, pocas veces y nunca), teniendo 2 dimensiones (aplazamiento y autorregulación) y se clasifican mediante las categorías que son: Muy alto, alto, promedio, bajo y muy bajo.	Aplazamiento / postergación  2 Autorregulación	Arraigo por dejar todo de último minuto Aversión a la lectura Estudiar para un examen Mantenerse al día con las lecturas asignadas Culminar los trabajos asignados lo más pronto posible Perfeccionismo	1,8,16 3,9 2,5,11 4,15 7,13,14 6,10,12	Escala de procrastinación académica (EPA) de Busko 1998, adaptada por Alvarez 2010.	Ordinal  S=Siempre CS=Casi siempre A =A veces CN=Pocas veces N =Nunca

## Capítulo III. METODOLOGÍA

### 3.1 Tipo de investigación

Es descriptivo correlacional: En este sentido, (Baptista, M., Fernández, C., Hernández., 2014), definen que “los estudios descriptivos pretenden medir o recoger información de manera independiente o conjunta sobre los conceptos o variables a los que se refiere” (pp.230).

### 3.2 Métodos de investigación

Según la recopilación de datos es:

Cuantitativo, porque utiliza un proceso de toma de decisiones que intenta utilizar dimensiones numéricas que pueden ser procesadas por herramientas en el campo estadístico para representar en algunas alternativas, para resumir la relación entre variables o sus distribuciones de manera empírica (Sánchezand Reyes, 2015).

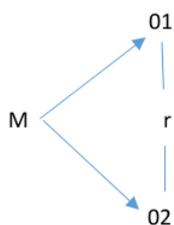
### 3.3 Diseño de investigación

Dicho estudio se observa por un patrón correlacional no experimental.

No se pretende manipular las variables, los instrumentos se aplicó en un solo momento que intenta averiguar el grado de correlación entre las dos variables de investigación.

“El diseño del estudio es encuesta de corte transversal y correlacional, es decir, el investigador observa sin intervenir en el estudio, el mismo que se encuentra en un punto determinado del tiempo, Hernández, Fernández y Baptista (2014)”.

“Se empleará el diseño descriptivo correlacional, cuyo gráfico es el siguiente”:



Donde:

**M:** Representa a los estudiantes del instituto Walter Peñalosa Ramella.

01: La ansiedad que tienen los estudiantes del instituto Walter Peñalosa Ramella.

r: Relación entre ansiedad y procrastinación académica en estudiantes del instituto Walter Peñalosa Ramella.

02: Procrastinación académica en estudiantes del instituto Walter Peñalosa Ramella.

### 3.4 Población, muestra y muestreo

**Población:** Se conformó por 200 estudiantes del primer ciclo hasta el sexto ciclo de ambas especialidades de educación superior tecnológico privado Walter Peñalosa Ramella de Pomabamba.

**Muestra:** La muestra representativa es de 132 estudiantes de formación superior tecnológico privado “Walter Peñalosa Ramella de Pomabamba”, se establece mediante una fórmula preliminar con una muestra finita, que se tuvo en cuenta los pertinentes estimadores estadísticos: Confianza del 95% ( $Z = 1,96$ ), error esperado del 5% y probabilidad de  $p = 50\%$ .

$$n = \frac{n_0}{1 + \frac{n_0}{N}} \rightarrow n_0 = \frac{Z^2}{4E^2}$$

$N$  = Tamaño de la población     $Z$  = Valor de la distribución normal

$n$  = T. de la muestra    95%  $\rightarrow$  1.96

$E$  = error (5%) 0.05    99%  $\rightarrow$  2.58

$$n = \frac{\frac{Z^2}{4E^2}}{1 + \frac{\frac{Z^2}{4E^2}}{N}} \quad n = \frac{1.96^2}{4(0.05)^2} = 132$$

**Muestreo:** Se utilizará el muestreo probabilístico porque todos los sujetos pertenecientes a la población poseen las mismas posibilidades de selección se obtiene determinando las características y el tamaño de una muestra poblacional por selección aleatoria o mecánica. Unidad de estudio (Citado en Hernández, R. et.al; 2014).

### 3.5 Técnicas e instrumentos de recojo de datos

#### ❖ La técnica

El procedimiento realizado fue mediante <sup>3</sup> encuesta, entendiéndose como el procedimiento de investigación que facilita la obtención y elaboración de datos con rapidez y eficacia.

#### ❖ El instrumento

“Los instrumentos utilizados fueron cortos y fiables que son cuestionarios con respecto a procrastinación y ansiedad”

- ❖ **Escala Procrastinación Académica (EPA) de Busko 1998**, adaptado en Álvarez (2010): Dicho instrumento es aplicado individualmente y grupal. Generalmente, se tarda de 8 a 12 minutos en responder el cuestionario y el tiempo total para aplicar la prueba no suele ser superior a 17 minutos. Constatando de 16 <sup>5</sup> interrogantes, todas son cerradas, por lo que puede evaluar de manera confiable la <sup>5</sup> tendencia de los estudiantes a postergar las cosas. Consta de dos dimensiones, “autorregulación y aplazamiento”. Los ítems se puntúan utilizando la escala tipo Likert. Las alternativas <sup>2</sup> de respuesta y puntuaciones son: “siempre = 4 puntos; casi siempre = 3, a veces = 2, raramente = 1, nunca = 0”.

- ❖ **Escala Ansiedad de Spielberger, Gosuch y Lushene**, el cuestionario contiene 40 interrogantes, <sup>2</sup> que se utiliza individualmente y colectivamente. Se divide en 2 partes: La primera incluye 20 interrogantes que <sup>2</sup> mide la ansiedad estado, que corresponde a una dimensión, los 20 restantes es de ansiedad rasgo de la otra dimensión. “Los ítems se puntualizan utilizando la <sup>2</sup> escala Likert teniendo las opciones de respuesta que son: Siempre = 4 puntos; casi siempre = 3, a veces = 2, raramente = 1, nunca = 0”.

### <sup>2</sup> 3.6 Técnicas de procesamiento y análisis de datos

Para el procesamiento de datos se utilizó los programas EXEL Y SPSS, así como en el método estadístico se realizaron las siguientes operaciones: se utilizó gráficos estadísticos relacionados a la estadística descriptiva, tales como valores medios, mediana, moda, desviación estándar, tablas y gráficos, e ingresarán los resultados de las pruebas para cada tema. Para la prueba de hipótesis, los estadísticos

inferenciales como: La correlación de Pearson, prueba test de student para muestras independientes, a nova de un factor. Dentro de la estadística descriptiva, se hará uso de la distribución de frecuencias en el cual describen las puntuaciones de manera ordenada con sus respectivas categorías, éstas serán representadas a través de histogramas. Así mismo la estadística inferencial será utilizada como el método que se empleará para realizar inferencias a partir de una muestra y probar las hipótesis; se realizó en base a los objetivos propuestos. El proceso se encaminó a través del software estadístico SPSS versión 25.0.

### **3.7 Ética Investigativa**

Para esta investigación, los códigos éticos serán considerados en la investigación descrita en el Código de Ética Profesional, que considerará los siguientes principios:

Se informó a los encuestados que la investigación puede influir en la decisión de su participación, dado que los investigadores están obligados a proteger el bienestar integral de la población beneficiaria sin la divulgación de contenido relevante que puede agravar la responsabilidad del investigador.

Se respetó la libertad del individuo para negarse a participar o retirarse de la encuesta: Investigador. Brindar información sobre la naturaleza de la investigación a los participantes: Para aclarar las dudas que puedan surgir, es responsabilidad del investigador evitar consecuencias perjudiciales para los participantes si el valor científico o humano justifica la retención de información.

Confidencialidad: La información sobre los participantes de la encuesta obtenida en la investigación es privada, a menos que las dos partes hayan llegado a un acuerdo mutuo. Cuando terceras personas desean dicha información, debe estar protegido bajo confidencialidad bajo el código ética del profesional de psicología, donde se explicó a la población participante como parte del proceso para conseguir el permiso de esto y luego se realizó el estudio de manera objetiva.

## Capítulo IV: RESULTADOS

### 4.1. Presentación y análisis de resultados

Después de haber recogido la información, se presentan los datos obtenidos del análisis estadístico de las variables estudiadas, los que posteriormente servirán de base para la contratación de los objetivos y para la hipótesis planteada.

**Tabla 1**

Correlación entre ansiedad y procrastinación académica

		Procrastinación Académica
<b>Ansiedad</b>	Correlación de Pearson	,115
	Sig. (bilateral)	,188
	N	132

Al analizar las variables de ansiedad y procrastinación académica a través del estadístico “r” de Pearson, dado que el coeficiente de correlación es 0.115, así mismo se puede afirmar que existe correlación positiva muy baja. Por otra parte, la estimación de la significancia bilateral es de 0,188, superior al 0,05 necesario para verificar la correlación entre las dos variables.

Finalmente podemos decir que no existe relación adyacente entre la variable ansiedad y procrastinación académica.

**Tabla 2**

Correlación entre ansiedad y la dimensión aplazamiento/postergación de la procrastinación académica.

		Procrastinación Académica
		Aplazamiento /Postergación
<b>Ansiedad</b>	Correlación de Pearson	,212*
	Sig. (bilateral)	,014
	N	132

\*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 .

Esto se puede ver en la siguiente tabla, la relación entre la variable ansiedad y procrastinación académica en su dimensión aplazamiento / postergación, con el análisis realizado del valor estadístico “r” de Pearson que se obtuvo como resultado de 0,212\* la cual quiere decir que si hay una relación significativa. Por lo tanto, se puede tener un 95% de certeza de que en el

área estudiada existe una correlación positiva baja, del mismo modo el valor de Sig. (bilateral) es 0.014, igual al 0.01 requerido.

**Tabla 3**

Correlación entre ansiedad y la dimensión autorregulación de la procrastinación académica

		Procrastinación Académica
		Autorregulación
<b>Ansiedad</b>	Correlación de Pearson	,701**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	132

\*\* . La correlación es significativa 0,01.

Al analizar la variable ansiedad entre procrastinación académica en su dimensión autorregulación, se encontró el valor estadístico “r” de Pearson de 0,701\*\*<sup>1</sup> lo que significa que existe una correlación muy significativa. Por lo tanto, hay un 99 % de certeza de que existe una correlación positiva alta en el campo de interés porque el valor Sig (bilateral) es 0,000, que es menor que el 0,01 deseado.

### 4.3. Discusión de resultados

Para cumplir con los objetivos planteados de este estudio, se recomienda determinar la relación entre la ansiedad fluctuante y la procrastinación académica en estudiantes de educación Superior Tecnológico Privado Walter Peñaloza Ramella Pomabamba, año 2021.

<sup>4</sup> Los resultados encontrados fueron que no existe correlación significativa entre la variable ansiedad y procrastinación académica; obteniendo  $r = 0,115$  del coeficiente de correlación. <sup>3</sup> Observándose que el nivel de ansiedad difiere en comparación con la procrastinación presente en los estudiantes de nivel superior, <sup>3</sup> entendiéndose la procrastinación como el concepto relacionado al aplazamiento consciente de pendientes a ser entregados en un plazo determinado. Por otra parte, podemos decir que dicho resultado encontrado se asemeja a la investigación de Pardo, Perilla y Salinas (2014); un estudio que examina la relación entre la procrastinación académica y la ansiedad entre los estudiantes de psicología. Tuvo como propósito describir la correlación entre variables psicológicas y el impacto de determinadas variables sociodemográficas en el aplazamiento de las actividades

académicas. Los resultados evidenciaron que no hay relación entre ansiedad y procrastinación. Sin embargo, no se encontraron diferencias significativas entre hombres y mujeres. ( $P > 0,629$ ), lo que señala este trabajo de investigación, hombres y mujeres tienen niveles similares de comportamiento de procrastinación”. Al respecto, se puede deducir que la ansiedad es un componente emocional que difiere con la procrastinación que se caracteriza por el aplazamiento de tareas. Por otro lado en la literatura podemos encontrar a Sierra y Zubeidat (2003), que indican que la ansiedad es un estado mental que se caracteriza por la agitación e inquietud anticipada al peligro combinando síntomas cognitivos y fisiológicos.

En relación al objetivo específico número uno, se ha propuesto determinar la relación entre ansiedad y dimensión aplazamiento/postergación de procrastinación académica en estudiantes de educación superior tecnológico privado Walter Peñaloza Ramella. Encontrando como resultado  $r = 0.212^*$ , una relación significativa. Por lo tanto, existe un 95% de certeza de que existe una correlación positiva baja en esta área de investigación. Lo que quiere decir al respecto, que la ansiedad es un componente emocional inmediato, variable que combina sentimientos como tensión, aprensión, angustia, desconfianza, tristeza y nerviosismo, que difiere con la dimensión de procrastinación que se caracteriza por el aplazamiento y postergación de tareas. Este resultado se relaciona con la investigación realizada por Tapia (2018) en su tesis de maestría titulada: **Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Ciencias de la Salud de una Universidad de Lima Norte**, que encontraron como resultado mínimo a moderado entre ambas variables de estudio. Por otra parte, García y Pérez (2018) en su tesis de maestría, también encontraron como resultado de una relación leve y significativa entre las variables estudiadas. De igual manera en la literatura podemos encontrar a Sierra, Ortega (2003), que indican que la ansiedad es un estado que se manifiesta en reacciones erróneas ante una posible situación de amenaza. Con ello, podemos decir que es un cambio emocional desagradable que es causado por estímulos externos, que se considera peligroso para el sujeto y puede provocar cambios físicos y emocionales que no tendrán impacto en la procrastinación académica en los estudiantes del tecnológico privado Walter Peñaloza Ramella.

Finalmente, cuanto al segundo objetivo específico que es identificar la relación entre ansiedad y su dimensión autorregulación de la procrastinación académica en estudiantes de educación superior tecnológico privado Walter Peñaloza Ramella, donde se obtuvo como

resultado  $r=0,701^{**}$ . esto significa que existe una correlación muy significativa. Por lo tanto, se puede decir con un 99% de certeza que existe una "correlación altamente positiva" en el determinado campo de estudio, así mismo una investigación similar estudiado por Sánchez (2010), en su tesis de maestría "ansiedad y procrastinación académica: un problema en la vida universitaria", obtuvo como resultado, que la ansiedad académica y la procrastinación estuvieron altamente correlacionadas, considerando que la procrastinación académica no solo se explica como una ineficiencia para administrar eficazmente el tiempo dedicado a la escuela, estudiar y hacer las cosas, la ansiedad en sí es una causa relacionada. Sumado a la conciencia de la presencia de factores estresantes, como las demandas de aprendizaje, que conduce a una respuesta emocional en los sujetos que se describen como incómodos. "Es importante señalar que la ansiedad y la procrastinación académica en su dimensión autorregulación, los estudiantes de educación superior tecnológico privado Walter Peñaloza Ramella presentaron un adecuado nivel de autorregulación académica". "Sabemos que la autorregulación es un proceso activo y constructivo, orientada a lograr los objetivos académicos, donde los estudiantes se proponen metas, controlan sus pensamientos, motivaciones y acciones, respondiendo a los requerimientos y características del ambiente educativo de forma apropiado, Álvarez (2010). De tal manera, la ansiedad en sí misma es una respuesta condicionada clásica y, como estímulo, incita a una persona a adoptar un comportamiento defensivo, Duran y Cucho (2016); lo que podría explicar por qué algunos estudiantes logran autorregularse y culminar sus tareas académicas, a pesar de estar experimentando ansiedad".

Si bien se conoce que la ansiedad y procrastinación académica se experimentan dentro del área académica en los estudiantes, estas no se encuentran relacionadas, no influyendo una de otra. Con ello, podemos mencionar que la procrastinación presentada en los estudiantes de educación superior tecnológica privado Walter Peñaloza Ramella surge a partir de otras razones, las mismas que deben seguir siendo investigadas. Sugiriendo, estudiar a mayor profundidad las variables para incrementar datos que aporten a nuevos investigadores.

## Capítulo V: CONCLUSIONES Y SUGERENCIA

### 5.1 Conclusiones

Este apartado de estudio se considera como conclusión a los resultados obtenidos en el análisis de datos, que se busca saber la correlación entre ansiedad y procrastinación académica.

Ante la investigación realizada se llega a concluir lo siguiente:

1. No existe correlación significativa entre ansiedad y procrastinación académica, obteniendo como resultado de un valor de  $r= 0,115$ , en los estudiantes de educación superior tecnológico privado Walter Peñaloza Ramella, Pomabamba.
2. Existe relación significativa positiva baja entre ansiedad y procrastinación académica en su dimensión aplazamiento y postergación con un valor de  $r = 0.212^*$ , en los estudiantes de educación superior tecnológico privado Walter Peñaloza Ramella, Pomabamba.
3. Finalmente se encontró, que existe relación muy significativa positiva alta entre ansiedad y procrastinación académica en su dimensión autorregulación con un valor de  $r= 0,701^{**}$ , en los estudiantes de educación superior tecnológico privado Walter Peñaloza Ramella, Pomabamba.

### 5.2 Sugerencias

1. Ampliar la investigación de relación entre ansiedad y procrastinación académica en una muestra mayor de lo estudiado para mejores resultados.
2. Comparar las variables de ansiedad y procrastinación académica, con variables sociodemográfica como edad, sexo o carrera profesional, lo cual permitirá ampliar los resultados.
3. Realizar estudios similares haciendo uso de las mismas variables efectuadas con el fin de corroborar los resultados encontrados en esta investigación.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alegre, A. (2013). Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Propósitos y Representaciones.*, 57-82.
- Alegre, A. (2014). Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Propósitos y Representaciones*, 1 (2), 57-82. Recuperado de <http://revistas.usil.edu.pe/index.php/pyr/article/view/29>
- Arévalo, E. (2011). *Escala de Procrastinación en Adolescentes*. Trujillo.
- Álvarez, O. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Revista de la facultad de Psicología*, 13, pp. 159-177. Recuperado de: [http://fresno.ulima.edu.pe/sf%5Csf\\_bdfde.nsf/imagenes/EB6A141E1133656A052578260070D3F5/\\$file/09persona13ALVAREZ %20 BLAS. Pdf](http://fresno.ulima.edu.pe/sf%5Csf_bdfde.nsf/imagenes/EB6A141E1133656A052578260070D3F5/$file/09persona13ALVAREZ%20BLAS.Pdf)
- Arkinsola, Tella y Tella. (2007). Correlatos de la procrastinación académicas y matemáticas en los estudiantes de pregrado universitario. *Eurasia Diario de Matemáticas, la ciencia y la tecnología de la educación* 3(4), 363, 370.
- Ackerman, D., & Gross, B. (2007). I can start JME manuscript next week, can't I? The task characteristics behind why faculty procrastinate. *Journal of Marketing Education*, 29, 97-110. Recuperado de: <https://es.scribd.com/doc/307222819/Autoeficacia-y-procrastinacion-academica-en-estudiantes-universitarios-de-Lima>.
- Angarita, L. (2012). Aproximación a un concepto actualizado de la Procrastinación. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología*, 5 (2), 85-94. Recuperado de <http://revistas.iberoamericana.edu.co/index.php/ripsicologia/article/view/249/217>
- Amaro, F. (2008). *Ansiedad (aspectos conceptuales) y Trastornos de ansiedad en niños y adolescentes*. Máster en Paidosiquiatría (págs. 2-46). Barcelona: Familianova-Schola.
- Álvarez, M. J. (2018). *Niveles de procrastinación en estudiantes de 4to. y 5to. Bachillerato de un colegio privado de la ciudad de Guatemala*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Rafael Landívar, Guatemala.
- Barahona, K. G. (2018). *Ansiedad frente a los exámenes y procrastinación académica en estudiantes adolescentes tardíos de una universidad privada de Lima*. (Tesis de posgrado). universidad san Martin de Porres. Lima-Perú.
- Baeza, J. (2011). *Ansiedad: Ir de mal en peor. Afrontamiento contraproducente*, Barcelona, editorial Bubok.

- Binder, K (2000). Efectos de un tratamiento de procrastinación académica y el bienestar subjetivo en estudiantes procrastinadores. (Tesis de Maestría, Universidad de Carleton). Recuperado de: <http://www.nic-bnc.ca/obj/s4/f2/dsk2/ftp01/MQ57652.pdf>.
- Bojórquez, J. (2015). Ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios (Tesis de maestría). Universidad San Martín de Porres, Lima – Perú.
- Caballo, V. (2007). Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales. (7maed.). España: Siglo XXI.
- Cardona, J., Pérez, D., Rivera, S., Gómez, J. y Reyes, A. (2015). Prevalencia de ansiedad en estudiantes universitarios. *Revista Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 11 (1), 79-89. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67943296005>
- Cardona, L. (2015). Relaciones entre procrastinación académica y estrés académico en estudiantes universitarios (Tesis de pregrado). Universidad de Antioquia, Medellín-Colombia.
- Carranza y Ramírez. (2013). Procrastinación y características demográficas asociados en estudiantes universitarios. *Apunt. univ.*, 95-108.
- Chan, L. (2011). Procrastinación académica como predictor en el rendimiento académico en jóvenes de educación superior. *Temática Psicológica - UNIFE*, 53-62.
- Cervantes, L. (2018). Niveles de Ansiedad y Rendimiento Académico de los Estudiantes de la Escuela Académica Profesional de Psicología de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Norbert Wiener. (Tesis para maestría). Universidad Inca Garcilaso de la Vega, Lima, Perú.
- Durán, C. (2017). Relación entre la procrastinación académica y la autorregulación emocional en una muestra de estudiantes universitarios de psicología: caso Pucusa (Tesis de pregrado). Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Ambato.
- Durand, C. y Cucho, N. (2016). Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Lima Este, 2015 (Tesis de pregrado). Universidad Peruana Unión, Lima-Perú.
- Ellis, A. & Knaus, W. (1997). *Vencer la procrastinación*. New York: New American Library.
- Ferrari, Johnson y McCown. (1995). *Procrastination and task avoidance*. New York: Plenum Press.
- Ferrari, O'Callahan y Newbegin. (2014). Prevalencia de la procrastinación en los Estados Unidos, Reino Unido y Australia: Retardos de excitación y evasión entre adultos. *Revista de Psicología Norteamérica*, 1-6.

- Ferrari, J., Johnson, J. & McCown, W. (1995). Procrastinación y el grupo de prevención. Teoría, Investigación y Tratamiento. Nueva York: Plenum Press. Recuperado de: <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/viewFile/985/947>.
- Ferrari, J. & Díaz- Morales, J. (2007). Las percepciones de auto-concepto y la auto-presentación de procrastinadores: más evidencia. *Diario Español de Psicología*, 10 (1)
- Ferri, D. B. (2015). Ansiedad y estrés académico en estudiantes de universidades públicas vs universidades privadas. (Tesis de Licenciatura). Universidad de argentina.
- Furlan, Piemontesi, Illbele y Sánchez. (2010). Procrastinación y ansiedad frente a los exámenes en estudiantes de Psicología de la UNC. II Congreso Internacional de Investigación Y Práctica Profesional en Psicología XVII Jornadas de Investigación Sexto Encuentro Sexto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. (págs. 309-312). Buenos Aires: Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires.
- Grandis, A. (2009). Evaluación de la ansiedad frente a los exámenes universitarios. (Tesis doctoral). Córdoba: Universidad Nacional de Córdoba.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación (6ta ed.). México D.F.: Mc Graw Hill.
- Hernández G, Vidal M, Gómez A, Ibáñez C, Pérez J. (2008). Ansiedad y Trastornos de la ansiedad. Recuperado de: [https://www.ucursos.cl/medicina/2008/1/MPSIQUI5/2/material\\_docente/bajar?id\\_material=157466](https://www.ucursos.cl/medicina/2008/1/MPSIQUI5/2/material_docente/bajar?id_material=157466)
- Klassen, R., Krawch, L., Lynch, L., y Rajan, S. (2007). Procrastinación académica de los estudiantes: baja autoeficacia para autorregularse predice los niveles más altos de la dilación: *Psicología de la Educación Contemporánea*, 5 (08), 165-169.
- Natividad, L. (2014). Análisis de la Procrastinación en estudiantes universitarios (Tesis doctoral). Universidad de Valencia, España.
- Onwuegbuzie, A. (2004). Academic procrastination and statistics Anxiety. *Assessment y Evaluation in Higher Education*, 29 (1), 3-19.
- Palomino, R. (2015). Procrastinación académica y ansiedad frente a las evaluaciones en estudiantes universitarios. Recuperado de: <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/123456789/6029>.
- Pardo, D., Perilla, L. y Salinas, C. (2014). Relación entre procrastinación académica y ansiedad-rasgo en estudiantes de psicología. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología* I, 14(1), 31-44. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5493101>
- Parisi, A. & Paredes, M. (2007). Diseño y validación de una escala de postergación activa y pasiva en el ámbito laboral. *Revista de Psicología*. Vol 26 (2; 31 - 58).

- Ramos K., Pedraza Y. (2017); Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de enfermería de una Universidad Privada de Chiclayo- 2017, (Tesis de Licenciatura). Universidad Señor de Sipán, Chiclayo, Perú.
- Riva, M. (2006). Manejo conductual cognitivo de un déficit en autocontrol, caracterizado por conductas de procrastinación. Tesis de Especialización en psicología clínica comportamental cognoscitiva Bogotá: Pontificie Universidad Javeriana.
- Rothblum, E., Solomon, J., & Murakami, J. (1986). Afectividad, cognición y diferencias de comportamiento entre altos y bajos procrastinadores. *Diario de consulta psicológica*, 33, 387-394. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4815146.pdf>.
- Rojas, E. (2014). Como superar la ansiedad: La obra definitiva para vencer el estrés, las fobias y las obsesiones. Barcelona. 1ª edición, Editorial Planeta, S. A.
- Rodríguez, A. y Clariana, M. (2017). Procrastinación en estudiantes universitarios: su relación con la edad y el curso académico. *Revista Colombiana de Psicología*, 26(1), 45-60. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5846230>
- Santa Cruz, H., Quiroz, M. (2017). Propiedades psicométricas de la escala procrastinación académica en adolescentes del distrito de Víctor Larco Herrera. (licenciatura en psicología). Trujillo- Perú.
- Sánchez, H.; Reyes, C. (2015), Metodología y diseño de la investigación científica. (5ta Ed.). Lima- Perú, editorial Business Support Aneth SRL
- Sánchez, A. (2010). Procrastinación académica: un problema en la vida universitaria. *Studiositas*, 5 (2), 87-94.
- Sierra, J. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista malestar e subjetividad de fortaleza*, 3 (1), 10-59.
- Sierra, J., Ortega, V. y Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, Angustia y estrés: Tres conceptos a diferenciar. *Revista Mal-Estar e Subjetividad*, 3(1), 10-59. Universidad de Brasil.
- Stainton, M., Lay, C. & Flett, G. (2000). Trait Procrastinators and Behavior/Trait Specific Cognitions. *Journal of Social Behavior and Personality*, 15(5), 297-312.
- Spielberger, C. (1972). *Anxiety as an emotional state*. New York: Hemisphere Publishing Corporation.
- Steel, P. (2007). La naturaleza de la dilación. Una revisión meta-analítica y teórica de la insuficiencia de autorregulación por excelencia. *Psychological Bulletin*, 3(3)65-85.

Tapia L. (2018). Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Ciencias de la Salud de una Universidad de Lima Norte. CASUS. Revista De Investigación Y Casos En Salud, 3(2), 89-96. Recuperado a partir de <http://casus.ucss.edu.pe/index.php/casus/article/view/75>.

Vallejos, S. (2015). Procrastinación académica y ansiedad frente a las evaluaciones en estudiantes (Tesis de pregrado). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima-Perú.

Virues, R. (2005). Estudio sobre ansiedad. Revista Psicológica Científica.com, Disponible en: <http://www.psicologiacientifica.com/ansiedad-estudio/>.

## ANEXOS

### ANEXO 1: Instrumentos de medición

#### ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

INSTRUCCIONES: A continuación, se presenta una serie de enunciados sobre su forma de estudiar, lea atentamente cada uno de ellos y responda (en la hoja de respuestas) con total sinceridad en la columna a la que pertenece su respuesta, tomando en cuenta el siguiente cuadro:

<b>S</b>	SIEMPRE (Me ocurre siempre)
<b>CS</b>	CASI SIEMPRE (Me ocurre mucho)
<b>A</b>	A VECES (Me ocurre alguna vez)
<b>CN</b>	POCAS VECES (Me ocurre pocas veces o casi nunca)
<b>N</b>	NUNCA (No me ocurre nunca)

N°	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 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	postergo los trabajos de los cursos que no me gustan					
9	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan					
10	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudios					
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					

**ESCALA DE VALORACIÓN DE LA ANSIEDAD DE SPIELBERGER (STAI-  
ESTADO)**

**ANSIEDAD – ESTADO**

INSTRUCCIONES: A continuación, encontrará unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y señale la puntuación de 0 a 3 que indique mayor cómo se siente usted ahora mismo, en este momento. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa su situación presente.

Nº	ÍTEM	Nada	Algo	Bastante	Mucho
1	Me siento calmado				
2	Me siento seguro				
3	Estoy tenso				
4	Estoy contrariado				
5	Me siento cómodo (estoy a gusto)				
6	Me siento alterado				
7	Estoy preocupado por posibles desgracias futuras				
8	Me siento descansado				
9	Me siento angustiado				
10	Me siento confortable				
11	Tengo confianza en mí mismo				
12	Me siento nervioso				
13	Estoy desasosegado				
14	Me siento muy “atado” (como oprimido)				
15	Estoy relajado				
16	Me siento satisfecho				
17	Estoy preocupado				
18	Me siento aturdido y sobreexcitado				
19	Me siento alegre				
20	En este momento me siento bien				

**ESCALA DE VALORACIÓN DE LA ANSIEDAD DE  
SPIELBERGER (STAI-ESTADO)  
ANSIEDAD-RASGO**

INSTRUCCIONES: A continuación, encontrará unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y señale la puntuación de 0 a 3 que indique mejor cómo se siente usted ahora mismo, en este momento. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa su situación presente.

Nº	ÍTEM	Nada	Algo	Bastante	Mucho
21	Me siento bien				
22	Me canso rápidamente				
23	Siento ganas de llorar				
24	Me gustaría ser tan feliz como otros				
25	Pierdo oportunidades por no decidirme pronto				
26	Me siento descansado				
27	Soy una persona tranquila, serena y sosegada				
28	Veó que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas				
29	Me preocupo demasiado por cosas sin importancia				
30	Soy feliz				
31	Suelo tomar las cosas demasiado seriamente				
32	Me falta confianza en mí mismo				
33	Me siento seguro				
34	No suelo afrontar las crisis o dificultades				
35	Me siento triste (melancólico)				
36	Estoy satisfecho				
37	Me rondan y molestan pensamientos sin importancia				
38	Me afectan tanto los engaños que no puedo olvidarlos				
39	Soy una persona estable				
40	Cuando pienso sobre asuntos y preocupaciones actuales me pongo tenso y agitado				

## ANEXO 2: Ficha Técnica

### FICHA TÉCNICA DE ANSIEDAD ESTADO – RASGO

**Nombre:** Escala de Ansiedad Estado/Rasgo (STAI)

**Nombre original:** State-Trait Anxiety Inventory

**Autores:** Spielberger, C.D., Gorsuch, R.L. y Lushene, R.E.

**Adaptación española:** Spielberger C.D., Gorsuch, R.L., & Lushene, R.E.(1982).

**Tipo de instrumento:** Cuestionario

**Objetivos:** Evalúa el nivel actual de ansiedad y la predisposición de la persona a responder al estrés.

**Población:** Población general (adultos y adolescentes)

**Número de ítems:** 40

**Descripción:** La mitad de los ítems pertenecen a la subescala Estado, formada por frases que describen cómo se siente la persona en ese momento. La otra mitad, a la subescala Rasgo, que identifican como se siente la persona habitualmente.

**Criterios de calidad:**

**Fiabilidad:** Consistencia interna: 0.90-0.93 (subescala Estado) 0.84-0.87 (subescala Rasgo).

Fiabilidad test-retest: 0.73-0.86 (subescala Rasgo).

**Validez:** Muestra correlaciones con otras medidas de ansiedad, como la Escala de Ansiedad Manifiesta de Taylor y la Escala de Ansiedad de Cattell (0.73-0.85). Presenta un cierto solapamiento entre los constructos de ansiedad y depresión, ya que la correlación con el Inventario de Depresión de Beck es de 0.60. Tiempo de administración: 15 minutos Normas de aplicación: El paciente contesta a los ítems teniendo en cuenta que 0 = nada, 1 = algo y 2= bastante, 3= mucho.

**Corrección e interpretación:** La puntuación para cada escala puede oscilar de 0-60, indicando las puntuaciones más altas, mayores niveles de ansiedad. Existen baremos en puntuaciones centiles para adultos y adolescentes.

## **FICHA TÉCNICA DE ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA**

**Nombre:** Escala de Procrastinación Académica (EPA)

**Autores:** Busko, 1998

**Adaptación española:** Álvarez, 2010

**Tipo de instrumento:** Cuestionario

**Objetivos:** Evalúa el nivel de la procrastinación académica en estudiantes.

**Población:** Población general (adultos y adolescentes)

**Número de ítems:** 16

**Descripción:** Puede ser aplicada en forma individual o colectiva. Normalmente, contestar el cuestionario toma entre 8 y 12 minutos y el tiempo total de aplicación del objetivo de la prueba no suele superar los 17 minutos. Está compuesta por 16 reactivos, todos cerrados, permitiendo así evaluar con fiabilidad la tendencia a la procrastinación académica.

### **Criterios de calidad:**

**Fiabilidad:** Consistencia interna: 0.90-0.93 (subescala Estado) 0.84-0.87 (subescala Rasgo).  
Fiabilidad test-retest: 0.73-0.86 (subescala Rasgo).

**Validez:** Se efectuó con la aplicación del análisis factorial exploratorio:

- a) La medida de adecuación del muestreo de Kaiser-Meyer-Olkin alcanza un valor de 0.80, indica que tiene un adecuado potencial explicativo.
- b) Test de esfericidad de Bartlett ( $\chi^2 = 701.95$   $p < .05$ ), que indica que las correlaciones entre los ítems del instrumento son lo suficientemente elevados.

**Corrección e interpretación:** La puntuación para cada escala puede oscilar de 1-80, indicando las puntuaciones más altas, mayores niveles de procrastinación.

**ANEXO 3:**

**Validez y Fiabilidad Del Instrumento**

**Variable Ansiedad – Análisis Estadístico Ítem Test**

Ítem	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido	Ítem	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
ANS1	,380	,831	ANS21	,365	,818
ANS2	,319	,815	ANS22	,299	,667
ANS3	,399	,823	ANS23	,373	,815
ANS4	,134	,682	ANS24	,365	,820
ANS5	,380	,827	ANS25	,412	,828
ANS6	,327	,829	ANS26	,368	,823
ANS7	,576	,830	ANS27	,223	,772
ANS8	,371	,814	ANS28	,368	,861
ANS9	,479	,845	ANS29	,417	,857
ANS10	,306	,815	ANS30	,397	,826
ANS11	-,217	,698	ANS31	,294	,790
ANS12	,360	,818	ANS32	,433	,828
ANS13	,386	,826	ANS33	,381	,825
ANS14	,229	,672	ANS34	,429	,828
ANS15	,281	,694	ANS35	,493	,822
ANS16	,294	,677	ANS36	,294	,824
ANS17	,345	,814	ANS37	,298	,822
ANS18	,322	,815	ANS38	,355	,819
ANS19	,420	,828	ANS39	,471	,829
ANS20	,391	,816	ANS40	,468	,829

**Fuente:** población - SPSS

**Fiabilidad de la variable Ansiedad**

**Estadísticas de fiabilidad**

Alfa de Cronbach	N de elementos
,827	40

**Fuente:** población - SPSS

### Variable de Procrastinación Académica - Análisis Estadístico Ítem Test

	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
PROCRAS1	,000	,861
PROCRAS2	,539	,879
PROCRAS3	,181	,615
PROCRAS4	,465	,721
PROCRAS5	,489	,772
PROCRAS6	,384	,782
PROCRAS7	,353	,795
PROCRAS8	,284	,616
PROCRAS9	,000	,751
PROCRAS10	,447	,750
PROCRAS12	,457	,742
PROCRAS13	,364	,732
PROCRAS14	,407	,734
PROCRAS15	,435	,765
PROCRAS16	,000	,861

Fuente: población – SPSS

### Fiabilidad de la variable Procrastinacion Académica

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,771	16

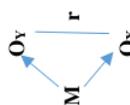
Fuente: población - SPSS

**ANEXO 4: Base de datos**

Sexo	ANSIEDA D1	ANSIEDA D2	ANSIEDA D3	ANSIEDA D4	ANSIEDA D5	ANSIEDA D6	ANSIEDA D7	ANSIEDA D8	ANSIEDA D9	ANSIEDA D10	ANSIEDA D11	ANSIEDA D12	ANSIEDA D13	ANSIEDA D14
1	3	2	1	0	2	1	3	2	2	2	3	2	1	0
2	2	3	0	2	0	1	1	1	1	1	2	0	1	1
2	2	3	0	2	1	1	1	1	1	1	2	0	1	0
2	2	2	0	1	2	0	1	2	1	2	2	1	0	1
1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	2	1	2	1	2
1	3	2	0	2	2	0	0	3	0	0	2	0	0	0
1	2	2	0	0	2	0	2	1	1	2	2	2	2	0
1	2	1	1	0	2	1	1	0	0	2	2	2	0	0
1	3	1	2	1	3	0	2	1	1	1	3	1	0	0
1	3	2	0	0	3	0	1	3	1	2	3	0	0	0
2	2	2	1	1	2	0	0	2	1	2	3	1	0	0
2	2	2	1	1	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1
1	3	2	1	0	3	0	1	2	1	3	3	0	2	0
1	3	1	0	2	2	1	2	3	1	1	3	0	0	0
1	3	2	3	1	0	2	2	1	2	3	2	2	3	0
1	2	2	0	3	2	0	1	2	3	3	2	3	1	0
1	1	1	1	2	2	2	0	3	1	2	1	2	1	2
1	3	3	0	2	3	1	2	3	2	3	3	3	2	0
2	3	3	2	0	2	0	0	3	0	3	3	3	0	0
2	3	3	0	3	3	0	1	3	3	3	1	3	3	1
2	3	3	1	1	0	2	3	1	3	1	1	0	1	0
2	3	1	1	2	1	3	2	1	2	2	2	1	0	2

PROCRA ST1	PROCRA ST2	PROCRA ST3	PROCRA ST4	PROCRA ST5	PROCRA ST6	PROCRA ST7	PROCRA ST8	PROCRA ST9	PROCRA ST10	PROCRA ST11	PROCRA ST12	PROCRA ST13	PROCRA ST14	PROCRA ST15
3	4	3	5	4	5	5	5	2	4	5	5	4	5	2
2	5	3	5	5	5	5	5	1	5	5	5	3	5	3
4	4	3	5	5	5	5	3	3	5	5	5	4	4	4
4	2	3	5	4	4	4	3	4	4	2	3	3	3	2
1	5	3	2	3	5	5	3	3	5	3	5	5	4	1
2	2	5	4	5	5	4	4	5	5	3	5	4	4	3
2	2	1	4	3	5	5	1	5	4	5	5	2	5	5
2	5	3	5	5	5	5	4	4	5	5	5	4	5	4
2	3	3	4	3	4	3	4	1	5	2	4	4	5	1
2	3	3	4	3	1	4	1	2	3	2	2	3	4	2
5	5	3	4	3	5	5	4	5	4	4	5	5	5	3
3	3	3	5	3	4	3	2	4	1	4	3	3	1	3
2	5	4	5	4	5	4	3	2	5	4	5	5	4	2
5	5	3	3	3	2	5	3	3	3	4	4	4	2	5
5	4	5	5	5	5	4	4	4	5	5	4	5	5	5
3	5	3	5	3	2	5	5	5	5	3	3	3	5	3
3	2	1	5	3	4	3	2	5	4	5	3	3	4	5
1	5	4	4	5	4	5	1	5	4	5	5	4	4	5
1	5	5	4	5	5	4	4	1	5	4	4	5	5	4
2	3	2	4	3	5	2	4	4	5	3	5	4	2	3
2	5	3	4	5	5	4	2	5	5	5	4	4	2	2
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5

**ANEXO 5: Matriz de consistencia**

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	HIPÓTESIS	OBJETIVOS	VARIABLES	DIMENSIONES	MÉTODOLÓGÍA
<p><b>Problema general:</b></p> <p>¿Existe relación entre procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de educación superior tecnológico privado Walter Peñaloza Ramella Pomabamba, 2020?</p>	<p><b>Hipótesis general:</b></p> <p>Hi: Procrastinación académica y ansiedad se relacionan de manera inversa y significativa en estudiantes de educación superior tecnológico privado Walter Peñaloza Ramella Pomabamba, 2020.</p>	<p><b>Objetivo general:</b></p> <p>Determinar la relación entre procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de educación superior tecnológico privado Walter Peñaloza Ramella Pomabamba, 2020.</p>	<p><b>V1=</b></p> <p><b>Procrastinación Académica</b></p>	<p>Aplazamiento / postergación</p> <p>Autorregulación</p>	<p><b>Tipo</b></p> <p>Descriptiva correlacional, no experimental.</p> <p><b>Método</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuantitativos ,</li> <li>- Métodos estadísticos</li> </ul> <p><b>Diseño</b></p> <p>El esquema es el siguiente:</p>
<p><b>Problema específicos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Existe relación entre los niveles de procrastinación académica de manera general y por dimensiones (aplazamiento, autorregulación), en estudiantes de educación superior tecnológico privado Walter Peñaloza Ramella Pomabamba, 2020?</li> <li>- ¿Existe relación entre los niveles de ansiedad de manera general y por dimensiones (estado, rasgo), en estudiantes de educación superior tecnológico privado Walter Peñaloza Ramella Pomabamba, 2020?</li> </ul>		<p><b>Objetivos específicos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Describir los niveles de procrastinación académica de manera general y por dimensiones (aplazamiento, autorregulación), en estudiantes de educación superior tecnológico privado Walter Peñaloza Ramella Pomabamba, 2020.</li> <li>- Describir los niveles de ansiedad de manera general y por dimensiones (estado, rasgo), en estudiantes de educación superior tecnológico privado Walter Peñaloza Ramella Pomabamba, 2020.</li> <li>- Comparar la percepción de procrastinación académica con las variables sociodemográficas como sexo, edad y carrera</li> </ul>	<p><b>V2=</b></p> <p><b>Ansiedad</b></p>	<p>Estado de Ansiedad</p> <p>Rasgo de Ansiedad</p>	 <p><b>Ox:</b>Procrastinación académica  <b>r:</b> Relación entre las variables.  <b>Oy :</b> Ansiedad  <b>M:</b>Estudiantes de educación superior tecnológico privado Walter Peñaloza Ramella Pomabamba, 2020.</p> <p><b>Población</b>  200 (Estudiantes)  <b>Muestra</b>  132 (estudiantes)</p>

<p>estudiantes de educación superior tecnológico privado Walter Peñaloza Ramella Pomabamba, 2020?.</p> <p>- ¿Existe relación entre la percepción de ansiedad con las variables sociodemográficas como sexo, edad y carrera profesional en estudiantes de educación superior tecnológico privado Walter Peñaloza Ramella Pomabamba, 2020?.</p>		<p>profesional en estudiantes de educación superior tecnológico privado "Walter Peñaloza Ramella" Pomabamba, 2020.</p> <p>- Comparar la percepción de ansiedad con las variables sociodemográficas como sexo, edad y carrera profesional en estudiantes de educación superior tecnológico privado "Walter Peñaloza Ramella" Pomabamba, 2020.</p>			<p><b>Técnica</b> Encuesta</p> <p><b>Método de análisis e información</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Consolidado de la base de datos de la información recopilada teniendo en cuenta la escala de Likert.</li> <li>- Presentación de tablas de contingencia de la relación de las variables clima social familiar y acoso escolar.</li> <li>- Determinación de la relación de las variables clima social familiar y acoso escolar mediante el coeficiente de Pearson (r).</li> <li>- Determinación de la prueba de hipótesis a través del coeficiente de significatividad bilateral.</li> </ul>
---	--	--	--	--	---

# ANSIEDAD Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO TECNOLÓGICO - POMABAMBA, 2021

## INFORME DE ORIGINALIDAD

18%

INDICE DE SIMILITUD

16%

FUENTES DE INTERNET

2%

PUBLICACIONES

16%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

## FUENTES PRIMARIAS

1	<a href="https://repositorio.uct.edu.pe">repositorio.uct.edu.pe</a> Fuente de Internet	5%
2	Submitted to Universidad Catolica de Trujillo Trabajo del estudiante	3%
3	<a href="https://repositorio.cientifica.edu.pe">repositorio.cientifica.edu.pe</a> Fuente de Internet	3%
4	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	2%
5	<a href="https://repositorio.ucss.edu.pe">repositorio.ucss.edu.pe</a> Fuente de Internet	2%
6	<a href="https://hdl.handle.net">hdl.handle.net</a> Fuente de Internet	1%
7	Submitted to Universidad Autónoma de Ica Trabajo del estudiante	1%

Excluir citas Activo

Excluir bibliografía Activo

Excluir coincidencias < 1%