

**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO**  
**BENEDICTO XVI**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**PROGRAMA DE ESTUDIOS DE PSICOLOGÍA**



**ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN  
ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD  
NACIONAL DE HUAMANGA, 2024**

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

**AUTOR**

Br. Perez Lopez, Luis Angel

**ASESOR**

Mg. Cabrera Sandoval, Carlos Felix

<https://orcid.org/0000-0003-0972-2598>

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN**

Salud y bienestar

**TRUJILLO – PERÚ**

**2024**

## DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD

Señora Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud:

Yo, **CABRERA SANDOVAL, CARLOS FELIX** con DNI N° 71210119, como asesor del trabajo de investigación titulado “Adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una universidad nacional de Huamanga, 2024”, desarrollado por el egresado **PEREZ LOPEZ, LUIS ANGEL**, con DNI 73462261 del Programa de Psicología; considero que dicho trabajo reúne las condiciones tanto técnicas como científicas, las cuales están alineadas a las normas establecidas en el reglamento de titulación de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI y en la normativa para la presentación de trabajos de graduación de la Facultad de Ciencias de la Salud. Por tanto, autorizo la presentación del mismo ante el organismo pertinente para que sea sometido a evaluación por los jurados designados por la mencionada facultad.



---

**Mg. CABRERA SANDOVAL, CARLOS FELIX**

ASESOR

## **AUTORIDADES UNIVERSITARIAS**

Exemo Mons. Dr. Héctor Miguel Cabrejos Vidarte, O.F.M.

Arzobispo Metropolitano de Trujillo

Fundador y Gran Canciller de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI

Dra. Mariana Geraldine Silva Balarezo

Rectora de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI

Dra. Mariana Geraldine Silva Balarezo

Vicerrectora académica

Dra. Anita Jeanette Campos Marquez

Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud

Dra. Ena Cecilia Obando Peralta

Vicerrectora de investigación

Dra. Teresa Sofía Reategui Marin

Secretaria general

## **DEDICATORIA**

*A mis padres, por haberme apoyado en todo este momento, por sus enseñanzas, sus valores y su apoyo incondicional durante todo mi desarrollo profesional y personal; así como también agradecer a todas las personas que tuvieron ese gesto de darme la oportunidad de pertenecer a un entorno social lleno de aprendizaje, valores y respeto al prójimo.*

## **AGRADECIMIENTO**

A Dios:

Mi agradecimiento se dirige a Quién ha forjado mi camino y me ha dirigido por el sendero correcto; a Él, quien en todo momento está conmigo ayudándome.

## DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD

Yo, Perez Lopez, Luis Angel con DNI 73462261, egresado del programa de estudios de pregrado de Psicología de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI, doy fe que he seguido rigurosamente los procedimientos académicos y administrativos emanados por la Facultad de Ciencias de la Salud, para la elaboración y sustentación del informe de tesis titulado: **“Adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una universidad nacional de Huamanga, 2024”**, el cual consta de un total de 60 páginas, en las que se incluye 7 tablas, más un total de 11 páginas en anexos.

Dejo constancia de la originalidad 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. Asimismo, garantizo que los fundamentos teóricos están respaldados por el referencial bibliográfico, asumiendo un mínimo porcentaje de omisión involuntaria respecto al tratamiento de cita de autores, lo cual es de mi entera responsabilidad.

*El autor*



---

**PEREZ LOPEZ, LUIS ANGEL**  
**DNI 73462261**

## ÍNDICE

DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD .....	ii
AUTORIDADES UNIVERSITARIAS.....	iii
DEDICATORIA.....	iv
AGRADECIMIENTO .....	v
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD.....	vi
ÍNDICE.....	vii
ÍNDICE DE TABLAS.....	viii
RESUMEN .....	ix
ABSTRACT .....	x
I. INTRODUCCIÓN.....	11
II. METODOLOGÍA .....	26
2.1. Enfoque, tipo.....	26
2.2. Diseño de investigación .....	26
2.3. Población, muestra y muestreo .....	27
2.4. Técnica e instrumentos de recojo de datos .....	28
2.5. Técnicas de procesamiento y análisis de datos .....	29
2.6. Aspectos éticos de la investigación .....	30
III. RESULTADOS .....	31
IV. DISCUSIÓN.....	38
V. CONCLUSIONES.....	43
VI. RECOMENDACIONES .....	44
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	45
ANEXOS.....	50
Anexo 1: Instrumentos de recolección de información .....	50
Anexo 2: Ficha técnica .....	53
Anexo 3: Operacionalización de las variables .....	55
Anexo 4: Carta de presentación .....	56
Anexo 5: Consentimiento informado.....	57
Anexo 6: Matriz de consistencia.....	58
Anexo 7: Informe de originalidad.....	60

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1.</b> <i>Niveles de adicción a redes sociales</i> .....	31
<b>Tabla 2.</b> <i>Niveles de procrastinación académica</i> .....	32
<b>Tabla 3.</b> <i>Prueba de normalidad de las variables</i> .....	33
<b>Tabla 4.</b> <i>Correlación entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica</i>	34
<b>Tabla 5.</b> <i>Correlación entre la obsesión por las redes sociales y la procrastinación académica</i> .....	35
<b>Tabla 6.</b> <i>Correlación entre la falta de control personal en el uso de redes sociales y la procrastinación académica</i> .....	36
<b>Tabla 7.</b> <i>Correlación entre el uso excesivo de las redes sociales y la procrastinación académica</i> .....	37

## RESUMEN

El presente estudio se planteó como objetivo determinar la relación entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad nacional de Huamanga, 2024. Para ello, se basó en una metodología de enfoque cuantitativo, tipo básico y diseño no experimental transversal y nivel correlacional, cuya muestra estuvo conformada por 100 estudiantes, a quienes se administraron como instrumentos el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) de Ecurra y Salas (2014) y la Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko (1998) y adaptado a universitarios por Domínguez et al. (2014). Conforme a los resultados procesados, se halló una correlación positiva baja ( $r_s = .229$ ) y significativa ( $p = .022 < \alpha = .05$ ); de igual modo, la mayoría de universitarios presentaron una adicción a redes sociales media con 46% y procrastinación académica baja con 53%, así como relación positiva y significativa entre la obsesión ( $r_s = .334$ ,  $p = .001$ ), la falta de control personal ( $r_s = .234$ ,  $p = .019$ ) y uso excesivo ( $r_s = .349$ ,  $p = .000$ ) de las redes sociales con la procrastinación académica. Pudo concluirse que, si el nivel de adicción tiende a aumentar, el nivel de procrastinación también lo hará, o viceversa, según el cual se constata que la hipótesis general es verdadera.

**Palabras clave:** Adicción, redes sociales, procrastinación académica, universitarios.

## ABSTRACT

The objective of this study was to determine the relationship between addiction to social networks and academic procrastination in students of a national university in Huamanga, 2024. To do so, it was based on a quantitative approach methodology, basic type and non-experimental cross-sectional design, correlational level, whose sample was made up of 100 students, to whom the Social Network Addiction Questionnaire (ARS) by Escurra and Salas (2014) and the Academic Procrastination Scale (EPA) by Busko (1998) and adapted to university students by Domínguez et al. (2014). According to the processed results, a low positive correlation ( $r_s = .229$ ) and significant ( $p = .022 < \alpha = .05$ ) was found; Similarly, the majority of university students presented a medium addiction to social networks with 46% and low academic procrastination with 53%, as well as a positive and significant relationship between obsession ( $r_s = .334$ ,  $p = .001$ ), lack of personal control ( $r_s = .234$ ,  $p = .019$ ) and excessive use ( $r_s = .349$ ,  $p = .000$ ) of social networks with academic procrastination. It could be concluded that, if the level of addiction tends to increase, the level of procrastination will also do so, or vice versa, according to which the general hypothesis is confirmed to be true.

**Keywords:** Addiction, social networks, academic procrastination, university students.

## I. INTRODUCCIÓN

La innovación tecnológica es una fuente de curiosidad de gran trascendencia para los adolescentes y jóvenes en la actualidad y las redes sociales no son ajenas a ella, siendo parte de la vida cotidiana de la gran mayoría, ya que aporta diversos beneficios de interacción, distracción y convivencia con otras culturas. No obstante, su uso excesivo puede generar adicción, lo que puede alentar a diferentes dificultades, como la procrastinación académica, ya que el tiempo que debería dedicarse a realizar actividades que competen a la formación profesional, son reemplazados por espacios dedicados a estar conectados a alguna red social, a pesar de la premura de las tareas formativas.

Según publicaciones en un portal web de análisis estadístico masivo, en el 2023 había 4950 millones usuarios de redes sociales, que representa el 61.4% de la población mundial, con uso de mayor frecuencia en personas entre 15 y 24 años (Statista, 2023a). Esto se replica en personas de países como Canadá, donde pudo corroborarse que 9 de cada 10 personas entre 15 y 34 años usan con regularidad las redes sociales y son atribuibles a otros problemas, como pérdida del sueño, reducción de otras actividades, menor actividad física, ansiedad y depresión, envidia de los demás, frustración y enojo (Schimmele et al., 2021).

Asimismo, entre las redes sociales de mayor uso, son Facebook con más de 3 mil millones de usuarios activos, seguido de YouTube con más de 2 mil millones, WhatsApp e Instagram con 2 mil millones cada uno, WeChat, TikTok y Messenger con más de mil millones cada uno (Statista, 2023a). Esto se corrobora a partir de un estudio realizado en España, donde se encontró que el 10% usan Facebook, el 39.6% Twitter, el 81.2% Instagram, el 48.1% YouTube, el 90% WhatsApp, el 8.6% TikTok y el 4.5% otras redes (Suárez et al., 2022).

Como puede verse, existe un uso masivo de redes sociales, lo que puede llevar a múltiples problemas en las personas que lo utilizan, siendo uno de ellos la adicción. Al respecto, el portal Statista (2023a) refiere que las personas dedican en promedio al menos 2 horas y 31 minutos por día para estar en redes sociales. Dicha cifra contribuye a entender que al menos 210 millones de usuarios padecen adicción a las redes sociales, lo que representa el 4.2% del total de usuarios que lo utilizan; de los cuales, el 90% son jóvenes entre 18 y 29 años, quienes en un 15% admiten ser adictos, con consecuencias en la pérdida de sueño en el 40.6%, así como sensación de perder información de interés en el 34% (Woodward, 2023).

Lo anterior da lugar a precisar que la prevalencia de adicción a redes sociales disminuye con la edad, tal como puede verse en un estudio donde el 35% fueron adolescentes, 23% universitarios y 19% adultos y de manera global, prevaleció un 24% de adicción, con mayores índices en países de África, Asia y Medio Oriente en comparación a países de Norteamérica y Europa occidental/norte, aunque dichas cifras siguen siendo preocupantes, ya que afectan notablemente el crecimiento de las personas (Cheng et al., 2021).

A nivel del Perú, se precisa que el año 2023 hubo más de 24 millones de usuarios en redes sociales, que representan el 81%, y para el 2027 se proyecta que la cifra se eleve o supere a 28 millones; además, se menciona que Facebook es la plataforma de mayor uso con 80%, así como YouTube, sumado al crecimiento vertiginoso de usuarios en TikTok con más de 20 millones y el sostén de Instagram con 20 millones; igualmente, se reportó una media de consumo de redes sociales de 200 minutos mensuales por usuario (Statista, 2023b).

En ese contexto, en el Perú, muchas familias han visto en los últimos años un incremento en el uso de los medios tecnológicos, entre ellos las redes sociales, según el cual se elevó el uso masivo de redes sociales de un 77.4% en el año 2019 al 85.7% en el 2020 en sujetos entre 12 y 18 años; esto se vio incrementado debido a la mayor accesibilidad a internet y dispositivos móviles, sobre todo en zonas urbanas y los requerimientos académicos para estudiar (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF], 2021). Tales cifras son equivalentes con otros estudios en universitarios peruanos, donde el 46.5% presentó una adicción alta y el 23.2% una adicción muy alta (Valladolid et al., 2023).

Desde la percepción anterior, la adicción a las redes sociales es un tema de preocupación global observado con mayor frecuencia en los jóvenes, ya que tiene un impacto considerable en diversas áreas de su vida, entre ellos el rendimiento académico y las relaciones interpersonales, así como la procrastinación académica, un problema que continuamente se observa en los universitarios, reflejado en la distracción frecuente de sus actividades académicas, los cuales muchas veces se posponen o retrasan (Anierobi et al., 2021).

En ese sentido, la procrastinación académica es un problema que afecta a muchos estudiantes en etapa universitaria. Al revisar este problema a nivel internacional, algunos estudios han demostrado que entre el 38% y 91% de universitarios están involucrados en la procrastinación, lo que lleva a tener problemas como incumplimiento de tareas, rendimiento académico bajo, retraso en la formación profesional e incluso deserción (Nwosu et al., 2020).

En otro estudio realizado en universitarios de Bolivia, pudo observarse esta problemática con prevalencia media de procrastinación académica, donde el 54% presentó un nivel medio bajo y el 37% un nivel medio alto; asimismo, el 51% pospone siempre las tareas semanales de lectura, considerado por el 38% como el problema principal de procrastinación, así como las razones para posponer sus actividades son la ansiedad por la evaluación en el 54% y la mala administración del tiempo en el 53% (Estremadoiro y Schulmeyer, 2021).

A nivel del Perú, pudo encontrarse en un estudio en universitarios de Madre de Dios, casi la mitad de los evaluados con un nivel alto, es decir, el 48.2% tiende a procrastinar (Estrada y Mamani, 2020). De igual modo, en un estudio realizado en universitarios de Tacna, se encontró un 91% de procrastinación académica alta (Flores y Valenzuela, 2022).

Lo predicho conduce a creer que el uso excesivo o adictivo de las redes sociales es una de las prácticas más usuales asociadas a la procrastinación académica y muchas veces, a pesar de reconocer su influencia, no son capaces de reducir los constantes retrasos en el cumplimiento de sus actividades, puesto que el tiempo que debería asignarse a dicha tarea, lo ocupan en atender las redes sociales a través del teléfono celular, siendo su fuente principal de distracción que eleva la procrastinación en un 75% a 90% (Xian y Ying, 2022).

Esta problemática se replica en los universitarios de Huamanga que fueron evaluados, donde puede observarse un creciente incremento en el uso de redes sociales, incluso durante las clases, lo que reduce la capacidad para prestar atención a las enseñanzas brindadas por los docentes; a ello se suma las tareas incumplidas o poco interés por realizarlas, lo que eleva la ansiedad y el estrés para los momentos de mayor tensión académica como presentación de tareas, exámenes y, sobre todo, el aprendizaje significativo (C. A. Quispe, comunicación personal, 15 de enero de 2024).

Es en consideración a lo descrito, que el problema general es el siguiente: ¿Cuál es la relación que existe entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad nacional de Huamanga, 2024? A su vez, como problemas específicos surgieron: ¿Cuál es la relación que existe entre la obsesión por las redes sociales y la procrastinación académica?; ¿Cuál es la relación que existe entre la falta de control personal en el uso de redes sociales y la procrastinación académica?, y, ¿Cuál es la relación que existe entre el uso excesivo de las redes sociales y la procrastinación académica?

Según lo referido, este estudio justifica su realización en la relevancia social, dado que, en la actualidad, el uso masivo de redes sociales debido a su fácil acceso puede ser un problema para muchos jóvenes y adolescentes, lo que puede afectar su estabilidad, entre ellos aumentar la procrastinación; por ende, se pretende orientar actividades que coadyuven a reducir esta preponderancia en los universitarios.

De igual manera, sus implicancias prácticas alcanzan una alineación que beneficia a los estudiantes que participaron del estudio a revisar la incidencia de los problemas descritos, ya que la estabilidad académica puede verse amenazada si estos aumentan académicamente.

Igualmente, su valor teórico se sustenta en la importancia para Huamanga para entender la relación entre las variables en cuestión, puesto que no existe estudios previos en población universitaria en esta parte del Perú, según el cual se aporta evidencia teórica que sustenta los hallazgos obtenidos en base a un análisis estadístico que corrobora una hipótesis.

Por último, la utilidad metodológica aclara la validez y confiabilidad de los instrumentos en base al enfoque y diseño del estudio, lo que permite obtener datos que representan un sesgo mínimo respecto a las variables estudiadas en base a las hipótesis planteadas.

Es por la justificación explicada, que se plasmó como objetivo general: Determinar la relación entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad nacional de Huamanga, 2024. De lo anterior se desprendió como objetivos específicos: Describir el nivel de la adicción a redes sociales; describir el nivel de la procrastinación académica; identificar la relación entre la obsesión por las redes sociales y la procrastinación académica; identificar la relación entre la falta de control personal en el uso de redes sociales y la procrastinación académica; identificar la relación entre el uso excesivo de las redes sociales y la procrastinación académica.

Lo anterior hizo plantearse como hipótesis general: Existe relación directa y significativa entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad nacional de Huamanga, 2024 (Hi). Las hipótesis específicas fueron: Existe relación directa y significativa entre la obsesión por las redes sociales y la procrastinación académica (H1); existe relación directa y significativa entre la falta de control personal en el uso de redes sociales y la procrastinación académica (H2), y, existe relación directa y significativa entre el uso excesivo de las redes sociales y la procrastinación académica (H4).

Por otro lado, es conveniente considerar los antecedentes del estudio que sustentan los estudios previos realizados al respecto. A nivel internacional, Xian y Ying (2022) analizaron la mediación del coraje entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica en universitarios de Malasia. Tuvo un diseño correlacional, donde participaron 88 estudiantes, a quienes se aplicaron las escalas de adicción a las redes sociales y de procrastinación académica. Pudo hallarse una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la procrastinación ( $r = .23$ ,  $p < .01$ ). En conclusión, la adicción a las redes sociales predice un menor nivel de coraje y, por tanto, una mayor tendencia a la procrastinación académica.

Suárez et al. (2022) realizaron una investigación donde analizaron la relación entre la adicción a las redes sociales, la procrastinación académica y el rendimiento académico de universitarios de España. Fue un estudio de enfoque empírico analítico, donde se evaluó a 1784 participantes, a quienes se aplicaron las escalas de Adicción a Redes Sociales (ARS) y la *Procrastination Assessment Scale-Student* (PASS). Los resultados evidenciaron que todos los factores de adicción a redes sociales se relacionan significativamente con todos los factores de procrastinación ( $p < .01$ ). En conclusión, cuanto mayor es la adicción a las redes sociales, mayor es la conducta de procrastinación en universitarios.

Anierobi et al. (2021) exploraron en su estudio el uso compulsivo de las redes sociales y su correlación con la procrastinación académica en universitarios de Nigeria. Fue un estudio de diseño correlacional, cuya muestra fue de 193 estudiantes, para quienes se utilizó las escalas de Redes Sociales (SSMAS) y de Procrastinación Académica (APS). Entre los resultados encontrados, el 42.7% tuvo un nivel medio de procrastinación, así como se evidenció una correlación alta y positiva entre las variables ( $r = .959$ ,  $p < .001$ ). Concluyeron que la adicción a las redes sociales predijo tanto la procrastinación académica como el rendimiento académico entre los estudiantes universitarios.

Al Shaibani (2020) evaluó si los niveles de procrastinación académica se relacionan a la adicción a redes sociales en universitarios de Arabia Saudita. Se basó en un método transversal, con una muestra de 697 participantes, a quienes se aplicaron las escalas de Adicción a Internet y de Procrastinación de Tuckman (TPS). Entre los hallazgos, pudo encontrarse una procrastinación promedio ( $\bar{x} = 2.66$ ) y una adicción moderada ( $\bar{x} = 2.71$ ), así como una correlación significativa entre ellas ( $r = .46$ ,  $p < .01$ ). En conclusión, el uso adictivo de las redes sociales puede explicar la procrastinación académica en universitarios.

Nwosu et al. (2020) estudiaron si el uso de las redes sociales predice la procrastinación académica en universitarios de Nigeria. La metodología fue correlacional, donde la muestra fue de 500 participantes, a quienes se aplicaron la *Internet addiction scale* (AIS), *The procrastination scale*, entre otros. Los resultados indican una correlación significativa ( $r = .332$ ,  $p < .01$ ) entre las variables analizadas. En conclusión, se evidenció que el uso de las redes sociales no predice la procrastinación de manera directa; no obstante, el uso excesivo de la misma sí puede conducir a posponer las actividades académicas hasta volverlo un problema que afecta el rendimiento académico.

Ekşi et al. (2019) estudiaron el papel mediador de conductas de procrastinación en la relación entre el autocontrol y la adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad de Turquía. Fue un estudio relacional, con una muestra de 394 participantes, cuyos instrumentos fueron la Escala de Adicción a Redes Sociales y la Escala de Procrastinación General, entre otros. Los resultados evidenciaron que los estudiantes con signos de adicción a redes sociales presentan bajo autocontrol y alta procrastinación ( $p < .001$ ). En conclusión, los individuos con bajo autocontrol exhiben mayor frecuencia de procrastinación, así como un mayor nivel de adicción a las redes sociales.

A nivel nacional, Alor (2023) realizó un estudio donde determinó si la adicción a redes sociales se relaciona con la procrastinación académica en universitarios de Lima. Fue un estudio correlacional, con una muestra de 255 participantes, a quienes se aplicaron el Test de Adicción a Redes Sociales y la Escala Procrastinación Académica (EPA). Como resultados, predominó un nivel alto de adicción con 43.3% y muy alto de procrastinación con 39.6%, así como relación significativa y positiva ( $\rho = .126$ ,  $p = .044$ ), así como entre sus dimensiones. En conclusión, se evidencia que, si aumenta la adicción a redes sociales, también ocurrirá lo mismo con la procrastinación académica.

Arteaga et al. (2022) estudiaron si la adicción a redes sociales se relaciona a la procrastinación académica en universitarios de la selva peruana. Fue un estudio de alcance correlacional, con una muestra de 304 participantes, a quienes se evaluó mediante el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales y la Escala de Procrastinación Académica. Los resultados mostraron un nivel medio de adicción con 38.8% y procrastinación con 43.1%, así como relación significativa ausente ( $\rho = .045$ ,  $p = .436$ ), aunque sí entre la adicción y las dimensiones de procrastinación ( $p < .01$ ). Se precisa discrepancias de la correlación.

Flores (2022) efectuaron un estudio donde determinaron la relación entre la adicción a redes sociales, la procrastinación académica y el cansancio emocional en universitarios de Lima. Fue un estudio correlacional, con 177 participantes, a quienes se aplicaron el Cuestionario de Uso de Redes Sociales y la Escala de Procrastinación Académica. Los hallazgos señalan que la adicción a redes sociales presenta una relación positiva pero no significativa ( $r = .142$ ,  $p = .260$ ) con la procrastinación, lo mismo ocurre con su dimensión autorregulación académica ( $p > .05$ ) y lo contrario con postergación de actividades ( $p < .05$ ). En conclusión, a mayor adicción a redes sociales, no puede asegurarse que los participantes tengan una mayor procrastinación académica.

Rodríguez y Alfaro (2022) realizaron un estudio donde determinaron la relación entre la dependencia a redes sociales y la procrastinación académica en universitarios de Juliaca. Fue de tipo correlacional, con una muestra de 122 participantes, a quienes se aplicaron las escalas de Dependencia a Redes Sociales y de Procrastinación Académica. A la luz de los resultados, se corroboró que el 77.1% presentó dependencia severa a redes sociales, así como relación significativa entre la procrastinación y la dependencia ( $\rho = .465$ ,  $p < .01$ ) y sus dimensiones ( $p < .01$ ). En conclusión, se considera que, a mayor dependencia al uso de redes sociales, la procrastinación aumenta también.

Yana et al. (2022) estudiaron la relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en adolescentes de Puno. Fue un estudio correlacional, donde participaron 1255 escolares, a quienes se administró el cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS) y la escala de procrastinación académica (EPA). La mayoría presentó una adicción grave con 67.8% y una procrastinación alta con 68.6%, así como relación significativa entre ellas ( $\rho = .710$ ,  $p = .01$ ). En conclusión, existe preocupación respecto a las variables estudiadas, ya que su ocurrencia y relación es alta.

A nivel regional, no se encontró estudios en universitarios. Un antecedente cercano al presente estudio se realizó por Aliaga (2022), quien buscó en su estudio establecer si la procrastinación académica se relaciona a la dependencia al móvil en escolares de un colegio de Ayacucho. Fue un estudio relacional, cuya muestra se compuso de 59 escolares, a quienes se administraron la escala de procrastinación académica (EPA) y el test de dependencia al móvil (TDM). Se pudo determinar como resultado que las variables analizadas no se relacionan significativamente ( $\rho = -.067$ ,  $p = .613 > .05$ ), lo que evidencia independencia en su dirección, aunque esta puede tener sesgos de análisis estadístico que deben superarse.

Ahora bien, se revisa el marco teórico de las variables. En primer lugar, se revisa la literatura de la adicción a las redes sociales. En ese sentido, las redes sociales son plataformas para buscar, discutir y compartir información de forma interactiva e instantánea con otros (Suárez et al., 2022), cuya aceptación y uso es bastante amplia y masiva en la población, sobre todo en jóvenes y adolescentes (Escorra y Salas, 2014).

Se habla de adicción a redes sociales cuando la persona que lo utiliza presenta un uso excesivo que causa deterioro significativo en la vida de una persona, quien se ve incapaz de controlar este comportamiento, cuyos efectos generan interferencias significativas en las tareas cotidianas (Dalvi-Esfahani et al., 2019). Se considera así a personas que están excesivamente preocupados por las redes sociales, fuertemente motivados en su uso y dedican una gran cantidad de tiempo y energía en emplearlo, en la medida en que las actividades sociales e interpersonales de un individuo como las relaciones, los estudios/trabajos y/o la salud y el bienestar se ven afectados (Andreassen y Pallesen, 2014).

Al usarse en exceso y, en consecuencia, se alteran ciertos aspectos del comportamiento de la persona, suele convertirse en una adicción. Este concepto, que también se relaciona a otros términos, como uso problemático o compulsivo de las redes sociales, suele referirse al fenómeno del uso desadaptativo de las redes sociales caracterizado por síntomas similares a los de la adicción y/o una autorregulación reducida; suele considerarse una dependencia psicológica desadaptativa en la medida en que se producen síntomas de adicción conductual (Zun y Zhang, 2021).

Este tipo de personas están demasiado preocupados por utilizar un sitio de red social, impulsado por una fuerte motivación para iniciar sesión o usarla y dedicar tanto tiempo y esfuerzo como sea necesario para ello; en consecuencia, se perjudica otras actividades sociales, estudios/trabajo, relaciones interpersonales y/o salud y bienestar psicológico (Al Shaibani, 2020).

Es por ello que se considera una adicción psicológica, caracterizado por un comportamiento repetitivo que resulta ser placentero en un primer momento, pero que, al volverse un hábito, puede ocasionar estados de necesidad que no pueden controlarse y generan ansiedad, de forma que, para calmar dicho estado ansioso, repiten el comportamiento, volviéndose adictivo conforme pasa el tiempo y puede resultar en síntomas clínicos (Escorra y Salas, 2014).

Por todo lo mencionado respecto a la adicción a redes sociales, estas personas se caracterizan por el abandono de la vida personal, la preocupación mental, el escapismo, las experiencias que modifican el estado de ánimo, la tolerancia y ocultar el comportamiento adictivo, parecen estar presentes en algunas personas que usan redes sociales en exceso, debido a la alta atracción que genera el uso de estos medios y la gratificación placentera que conlleva estar inmerso al usar, sea para establecer contacto con otras personas, obtener o compartir información, entre otros (Kuss y Griffiths, 2011).

Desde el aporte de Ecurra y Salas (2014), la adicción a redes sociales puede medirse desde la valoración de tres factores: obsesión por las redes sociales, falta de control personal en el uso de redes sociales y uso excesivo de las redes sociales. Estos factores son explicados como dimensiones a ser medidos en el presente estudio, los cuales se explican enseguida.

La obsesión por las redes sociales supone un compromiso mental que la persona tiene con las redes sociales, con pensamientos y fantasías constantes para usarlos, con episodios de ansiedad y preocupación si es que no está en ellas; la falta de control personal en el uso de redes sociales, cuyas características son el descontrol y la interrupción al usar estos medios, con consecuencias en el retraso y descuido por las tareas y estudios; el uso excesivo de las redes sociales, relacionado a la dificultad para controlar el tiempo de uso de los mismos, sin ser capaces de disminuir y controlar la cantidad de tiempo que están frente a sus dispositivos (Ecurra y Salas, 2014).

Sobre los predictores para este tipo de adicción, se considera el miedo a perderse algo (FOMO), cuyo pensamiento aprehensivo de experiencias gratificantes de los demás del cual es ausente generan la necesidad de acudir a ella; el uso compulsivo, debido a la anomalía en la gestión del uso de alguna red social; la baja autoestima, satisfacción vital y empatía; los trastornos por déficit de atención, debido a la dificultad para inhibir una conducta, falta de atención y dificultad para mantenerse concentrado en tareas concretas; la impulsividad; la soledad, como carencia de la interacción; rasgos de personalidad como amabilidad, escrupulosidad, neuroticismo, narcisismo y depresión (Dalvi-Esfahani et al., 2019).

Entre las consecuencias que se describen de las personas adictos a redes sociales son la falta de sueño, descuido de actividades importantes como estudiar, intento sin éxito para limitar el tiempo que se pasa en línea, mentir sobre el tiempo dedicado a las redes sociales y rendimiento académico deficiente (Suárez et al., 2022). Asimismo, afectó negativamente el

bienestar general y la calidad de vida, elevó el riesgo de la depresión y la ansiedad, suelen tener baja autoestima, sienten frustración, culpa y remordimiento al intentar dejar alguna red social y no poder hacerlo, entre otros; es decir, se presentan problemas emocionales, relacionales, de rendimiento y de salud (Al-Samarraie et al., 2022). Se suma la procrastinación, la distracción y el tiempo mal gestionado (Kuss y Griffiths, 2011).

En base al Modelo Teórico Biopsicosocial de Griffiths (2005), se explica que presenta determinadas características o indicadores de las personas que son adictas a redes sociales, entre ellos la prominencia, que explica que estas personas a menudo pasan mucho tiempo pensando en esos medios y en cómo pueden dedicar más tiempo a utilizarlo; la tolerancia, donde a menudo dedican más tiempo a dichos medios que la intención inicial, sintiendo que existe una necesidad urgente de utilizarlos cada vez más para lograr el mismo nivel de disfrute; las modificaciones del estado de ánimo, ya que suelen utilizar estos medios para reducir sentimientos de culpa, ansiedad, inquietud y depresión, además de olvidar problemas personales; la abstinencia, a causa de prohibirse su uso, suelen estar distraídos, inquietos, perturbados o irritables y se sienten incómodos si no pueden volver a participar en las redes sociales; la recaída, ocurre cuando no sostienen la predisposición del uso de redes sociales y ven nuevamente interrumpidas esta práctica, con síntomas diversos, cuando deciden utilizar menos redes sociales que antes, no logran gestionarlo en esa dirección; el conflicto, según el cual se dan menos prioridad a los pasatiempos, los estudios/trabajos, las actividades recreativas y los deportes, e ignoran a su cónyuge, familiares y amigos en las actividades de las redes sociales; el problema, ya que suelen utilizarlos en exceso, lo que tiene un impacto negativo en su salud, la calidad del sueño, las relaciones y el bienestar.

A su vez, desde la Teoría de usos y gratificaciones, un enfoque funcional, refiere que las personas buscan activamente formas de satisfacer sus necesidades, siendo uno de ellos las redes sociales, cuyos supuestos centrales plantean que estos usuarios toman decisiones activamente sobre cómo satisfacer estas necesidades, donde la estructura psicológica y sociológica influye en esas elecciones, y los medios compiten con otras fuentes para satisfacer tales necesidades, que pueden tener más influencia que los medios de comunicación tradicionales a la hora de examinar posibles efectos o consecuencias; se pretende satisfacer necesidades como la liberación emocional, relaciones interpersonales, identidad y vigilancia, con gratificaciones debido al uso bajo la modalidad, creación de contenido, interactividad y navegación, convirtiéndose en adictivo (Ferris et al., 2021).

Por otra parte, en la revisión de literatura de la procrastinación académica, se considera así a una conducta que se caracteriza por el retraso intencional para el cumplimiento de las tareas académicas a pesar de que los resultados por la demora serán más deficientes (Steel, 2007). Desde otro concepto, se refiere a la tendencia a dejar de lado tareas para ser cumplidas recién en el futuro, cuyas características se relacionan a la tendencia frecuente por aplazar una actividad académica, experimentan constantemente ansiedad debido a la cercanía de una tarea o el pensamiento en la misma, el cumplimiento al límite de las tareas e incluso la imposibilidad de hacerlo (Álvarez, 2010).

En tal sentido, esta variable se entiende como el retraso voluntario en comenzar o completar tareas académicas importantes y oportunas (Eisenbeck et al., 2019), donde la persona prefiere otras actividades ajenas a las responsabilidades académicas, tales como las relaciones sociales; usualmente, estas personas saben que tienen una actividad pendiente, reconoce que puede hacerlo y lo intenta, pero en realidad no lo realiza, debido a ciertas características de la personalidad como la flojera, la indisciplina o la dificultad para organizar el tiempo, para ello utilizan el autosabotaje, las excusas falsas y las atribuciones a factores ajenos a su desempeño (Álvarez, 2010).

La procrastinación académica se caracteriza por conductas voluntarias e innecesarias que conlleva a postergar la realización de sus actividades correspondientes a la formación profesional debido a la poca capacidad de regular y gestionar su tiempo de manera ordenada y así reducir la ansiedad y el estrés cuando se pretende dar cuenta del cumplimiento de las actividades asignadas en la universidad por parte de los docentes en el tiempo que corresponde (Estrada y Mamani, 2020).

Según Domínguez-Lara et al. (2014), la procrastinación académica se compone de dos dimensiones, las cuales son la postergación de actividades y la autorregulación académica, factores que son analizados en cuanto a las definiciones que le corresponden.

La postergación alude a la tendencia a aplazar continuamente la realización de una tarea, lo que puede ocasionar estrés y ansiedad debido a su no cumplimiento, una práctica bastante común en las universidades, donde los estudiantes suelen presentar a destiempo sus tareas, algunas no cumplen con los requerimientos o exigencias o incluso no las presentan; por ende, esta dimensión permite entender que los universitarios tienden a acumular las tareas programadas y como tal, lo sobrecargan y afectan su salud (Domínguez-Lara et al., 2014).

En cambio, la autorregulación académica alude a un proceso activo donde el estudiante define sus propósitos esenciales para su aprendizaje y en el transcurso de ello, pretende conocer, controlar y regular la cognición, motivación y conducta que le permite alcanzar lo propuesto; es decir, es un aspecto vital que se debe proyectar para evitar el retraso para cumplir sus actividades académicas (Domínguez-Lara et al., 2014). Es una capacidad del ser humano para modificar conscientemente su comportamiento para mejorar su aprendizaje, a partir de un control directo de sus pensamientos y acciones frente a la respuesta de las peticiones que tiene con respecto a las tareas asignadas (Baumeister et al., 2007).

Entre los tipos de procrastinación, se mencionan los que son activos y pasivos. Los procrastinadores activos, son capaces de actuar según sus decisiones de manera positiva y oportuna; sin embargo, optan por posponer sus acciones y centrar su atención en otras tareas que pueden ser igual de importantes, ya que prefieren la presión del tiempo para cumplir con mayor ahínco la actividad designada, como un desafío a sus propias capacidades, suelen impulsarse por una necesidad intrínseca de afrontar la situación y una demanda extrínseca de completar la tarea, sumado a la intencionalidad y consciencia de la misma, confían en cumplir a tiempo su tarea y sienten satisfacción con los resultados (Habelrih y Hicks, 2015).

En el caso de los procrastinadores pasivos, que no tienen la intención consciente de posponer las cosas; a menudo terminan haciéndolo a destiempo debido a la incapacidad de tomar decisiones rápidas y efectivas; es decir, una fecha límite que se acerca en última instancia hace que este tipo de procrastinadores se sientan presionados, creando así pensamientos pesimistas sobre su capacidad para lograr buenos resultados y en consecuencia, muchas veces les lleva a cumplir con la tarea de manera incompleta e incluso a no cumplirlas (Habelrih y Hicks, 2015).

En la etapa universitaria, es conveniente cumplir con ciertas actividades que implican desplegar de manera inmediata recursos propios del estudiante; no obstante, en la adaptación de tales exigencias, muchas veces suelen ser postergados, lo que dificulta conforme avanza el tiempo de estudios a cumplirlas, cuyas causas o motivos pueden relacionarse a la influencia disfuncional de la familia que generó baja autoestima o poca tolerancia a la frustración, la elección de actividades académicas exigentes o el procesamiento inadecuado de información y por el quehacer placentero inmediato de otras actividades ajenas a la universidad (Domínguez-Lara et al., 2014).

Otra de las razones que explican la tendencia a procrastinar se relacionan al miedo al fracaso, la desmotivación, la actitud indiferente y el sentimiento de confianza por la propia capacidad de realizar la tarea académica (Anierobi et al., 2021); asimismo, estas personas presentan dificultades para manejar el tiempo, aversión a las tareas y falta de interés por completar una actividad (Suárez et al., 2022).

De manera específica, en base a un modelo de evaluación, Estremadoiro y Schulmeyer (2021) refieren que existen catorce razones para ser personas procrastinadores, tales como la tendencia a ser ansiosos en una evaluación, autoestima reducida, dependencia, poca asertividad, presión social, temor a ser exitosos, la pereza, el perfeccionismo, negativa a ser controlados, sentimientos de agobio frente al no poder controlar su tiempo, la forma de asumir riesgos, temor a fracasar y ser aversivos a las tareas.

Según Steel (2007), las causas de la procrastinación pueden explicarse desde cuatro secciones: las características de la tarea, según el cual se considera la realización consciente de otra tarea en función a la naturaleza de la actividad pospuesta, debido a que la recompensa es mayor y por ende, es más satisfactorio, en cambio la otra suele ser aversiva; las diferencias individuales, asociado al neuroticismo, tales como creencias irracionales, autoestima o depresión, así como la extraversión, relacionado al afecto, impulsividad y búsqueda de sensaciones, la amabilidad que tiene que ver con las experiencias, la inteligencia y la escrupulosidad, asociado a la distracción, organización, motivación, intención y acción; los resultados, que responde a la utilidad reducida de la actividad realizada; demografía, en cuyo caso se alude a la edad, por ejemplo, cuantos más años, mayor control de la postergación, así como el género, según el cual suele débilmente ser mayor en varones.

Entre las consecuencias que suele acarrear una persona procrastinadora tienen que ver con el bajo rendimiento académico, mala calidad de los trabajos académicos realizados, falta de conocimientos, limitaciones en la planificación de su tiempo, abandono académico y prolongación en el tiempo de estudios e incluso se ha visto afectado la satisfacción y calidad de vida (Xian y Ying, 2022). Del mismo modo, se relacionó con un rendimiento académico bajo y mayores niveles de estrés, ansiedad, irritación, arrepentimiento, desesperación y culpa (Eisenbeck et al., 2019). Así también, se añade ciertos malestares como la preocupación, baja autoeficacia y fracaso en la autorregulación (Caratiquit y Caratiquit, 2023).

En cuanto a los modelos teóricos que revisan este concepto, se hace referencia a la visión psicodinámica, que propone que la procrastinación se relacionaría al constructo de evitación de actividades específicas, según el cual, se activa una señal de alerta que genera angustia frente al cumplimiento de una tarea y en respuesta a dicha situación amenazante, el yo despliega una serie de mecanismos de defensa que buscan evitar el cumplimiento de dicha actividad (Álvarez, 2010).

Otro enfoque teórico que discute este concepto se hace desde la perspectiva conductista, que señala que una conducta procrastinadora se sostiene en el tiempo al ser reforzada; es decir, la conducta persiste debido a las consecuencias que acarrea, según el cual, explica que la procrastinación es reforzada debido al éxito que tuvo dicha práctica debido a diversos factores ambientales en experiencias anteriores, que modulan la realización de la tarea académica fomentando su retraso (Álvarez, 2010).

Desde un contraste cognitivo-conductual, la procrastinación ocurre debido a creencias irracionales, según el cual, se entiende que una persona proyecta el cumplimiento de una tarea en base a metas altas y poco reales, lo que conlleva muchas veces a un proceso que impide cumplir con dichas expectativas y lo considera como un fracaso; de modo que, para evitar sentir esas sensaciones negativas, retrasan en el cumplimiento de la tarea hasta el momento que no sea factible cumplirlas apropiadamente y evitar así, entre otros, cuestionamientos a sus capacidades y habilidades (Álvarez, 2010).

Es por cuanto a lo mencionado con anterioridad que se explica la relación entre ellas. Es así que puede añadirse que el placer por el uso de las redes sociales en los universitarios puede provocar un retraso en las tareas académicas si no lo gestionan adecuadamente y, como consecuencia de ello, puede relacionarse a la procrastinación académica, siendo un factor que puede frustrar los objetivos académicos de los estudiantes si no ordenan a tiempo sus prioridades, ya que sus actividades relacionados a su formación profesional fueron pospuestos por actividades adictivas negativas (Anierobi et al., 2021).

Por tanto, la adicción a las redes sociales puede contribuir y ser un elemento distractor que desvíe al estudiante de sus actividades educativas, provocando la pérdida irreparable de su tiempo y un menor rendimiento académico, siendo la procrastinación académica uno de los problemas que más arraigo tienen (Suárez et al., 2022). Aquello se ha evidenciado en diversos estudios, donde los universitarios que suelen tener un uso adictivo de redes sociales

tienden a procrastinar con mayor frecuencia, lo que conlleva a reducir su rendimiento académico (Arteaga et al., 2022), así como dificultades familiares y sociales, además de reducción para dormir y el descuido en el cumplimiento de tareas (Yana et al., 2022).

En ese sentido, los universitarios que tienen un acceso frecuente y por mucho tiempo durante el día, suelen abandonar las tareas que cotidianamente les corresponde hacer, nada ajeno a la vida académica, donde aplazan constantemente el cumplimiento de sus tareas e incluso se ven incapaces de cumplirlas (Aznar et al., 2020).

De modo que, el uso prolongado de las redes sociales suele ser una de las prácticas más comunes en universitarios que se asocia a la procrastinación, ya que es una actividad disfuncional que induce a las personas a retrasar el cumplimiento de sus tareas académicas, ya que se ven incapaces de autorregular el tiempo que permanecen en estos medios, siendo una de las principales causas para que este problema esté presente (Xian y Ying, 2022).

A modo de síntesis, los estudiantes que utilizan las redes sociales con una alta frecuencia, suele ser un factor problemático relacionado a muchos problemas inherentes al comportamiento de este grupo de personas, siendo uno de ellos la tendencia a procrastinar, ya que prefieren pasar más tiempo interactuando en las plataformas digitales que atendiendo los deberes académicos; dicho problema se replica y asume notoriedad en tiempos recientes debido a la invasión masiva y accesible de recursos tecnológicos como el internet y los dispositivos móviles que los distribuyen (Caratiquit y Caratiquit, 2023).

Es por tanto que la problemática descrita hasta este punto alude acerca de la relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica, un supuesto que plantea como hipótesis la significancia estadística de la misma, puesto son variables de interés para la población universitaria, ya que puede afectar el logro de sus metas a nivel académico debido a la eleva distracción por permanecer en actividad cibernética. A esto se suma la importancia de estudiar su relación en población universitaria ayacuchana, ya que no existen estudios previos respecto a estas variables, lo que eleva la importancia de la investigación.

## II. METODOLOGÍA

### 2.1. Enfoque, tipo

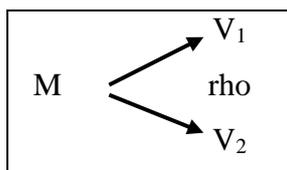
El enfoque tenido en cuenta en esta investigación fue el cuantitativo, puesto que se representa a partir de un conjunto de procesos que secuencialmente pretenden comprobar una hipótesis según disposiciones o preceptos numéricos que posteriormente son sometidos a un análisis estadístico; todo ello parte de un problema planteado que es de interés para ser investigado y que posteriormente, se realiza una fundamentación teórica (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

Asimismo, se basó en un tipo de estudio básico o también conocida como pura o fundamental, según el cual se busca vincular el conocimiento con la realidad, a partir de la descripción y explicación de los fenómenos de interés para el investigador, que parten de una hipótesis que es sustentada desde la perspectiva de determinados modelos teóricos a fin de enriquecer la comprensión de las mismas, sin considerar aplicaciones prácticas (Rios, 2017).

### 2.2. Diseño de investigación

Esta investigación se efectuó bajo un diseño no experimental, en cuyo caso no se realiza una variación intencional de las variables estudiadas, sino que solo se recoge la información tal cual se encuentran en el momento de la evaluación a los sujetos que conforman la población y que posteriormente fueron sujetos a análisis; asimismo, comprende un diseño transversal o transeccional, ya que la medición de las variables a la muestra de estudio fue realizada una sola vez en un momento concreto, sin considerar una reevaluación (Ríos, 2020).

De la misma forma, esta investigación comprende un nivel correlacional, ya que alberga la asociación que dos variables guardan entre sí, independientemente de su naturaleza, sin considerar la causalidad como tal; a ello se añade la fuerza de asociación que pueden presentar en base a un análisis estadístico según el análisis que fue realizado inferencialmente (Supo, 2020). Desde la óptica narrada, el diagrama que corresponde a este tipo de diseño es el siguiente:



Representa:

- M: muestra de estudiantes.
- $V_x$ : observaciones de adicción a redes sociales.
- $V_z$ : observaciones de procrastinación.
- rho: coeficiente de correlación.

### 2.3. Población, muestra y muestreo

Una población se entiende como el conjunto de individuos que tienen o comparten ciertas características que son comunes para llevar a cabo el estudio y sobre el cual se pretende inferir los resultados alcanzados en base a procedimientos estadísticos que permiten elegir de manera representativa dicha muestra (Fuentes et al., 2020). Según el concepto dado, la población se compuso por 120 estudiantes que pertenecen a una carrera profesional de una universidad estatal ubicada en la ciudad de Huamanga, Ayacucho, durante el año 2024.

Respecto a los criterios de inclusión, se tomó en cuenta a aquellos estudiantes que pertenecen a una universidad nacional de Huamanga, Ayacucho, matriculados en el semestre 2024-0; quienes están entre 16 y 40 años; quienes asisten con regularidad a las clases; quienes hayan firmado el consentimiento informado.

En cuanto a los criterios de exclusión, se tuvo en cuenta a aquellos estudiantes que no pertenecen a una universidad nacional de Huamanga; quienes no estén matriculados en el presente semestre, quienes no acepten participar de manera voluntaria y quienes no respondan a la totalidad de los ítems o brinden respuestas poco fiables.

Asimismo, la muestra, que, de acuerdo al concepto revisado, se entiende como la porción o parte de la población referida y que representan las unidades o elementos de quienes se obtiene la información necesaria para el análisis estadístico de las variables medidas para el cumplimiento de los objetivos planteados (Fuentes et al., 2020). En base al concepto dado, el tamaño de la muestra fue de 100 estudiantes, quienes cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión dados.

Para determinar el tamaño de la muestra, se tuvo en cuenta un muestreo no probabilístico por conveniencia, el cual se basa en un análisis que no toma en consideración la igual probabilidad de los participantes para ser evaluados, sino tiene en cuenta la disponibilidad de estos para llevar a cabo la aplicación de los instrumentos (Stratton, 2021).

#### **2.4. Técnica e instrumentos de recojo de datos**

La técnica utilizada en este trabajo fue la encuesta, que consiste en un conjunto de preguntas que el investigador aplica a las unidades de análisis (muestra) con el propósito de obtener los datos respecto al fenómeno o variable estudiada; usualmente suele ser un cuestionario para dicho fin, el cual se basa en respuestas escalares de tipo Likert para la medición de las respuestas dadas a cada ítem (Rios, 2017).

El primer instrumento utilizado fue el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) de Ecurra y Salas (2014). Consta de 24 ítems, dividido en tres dimensiones: Obsesión por las redes sociales (10 ítems), falta de control personal en el uso de las redes sociales (6 ítems) y uso excesivo de las redes sociales (8 ítems), cuya valoración se da a partir de una escala Likert de 5 opciones (S: Siempre, CS: Casi siempre, AV: Algunas veces, RV: Raras veces, N: Nunca). Se aplica a adolescentes a partir de 16 años hasta los 42 años, en un tiempo aproximado de 15 minutos.

En la construcción original del instrumento, cuya muestra estuvo compuesta por 380 universitarios entre 16 y 42 años de distintas universidades de Lima, pudo hallarse la idoneidad del análisis factorial con valores KMO: .95 y prueba de esfericidad de Bartlett:  $\chi^2(276) = 4313.8$ ,  $p < .001$ , lo que equivale a señalar que los tres factores establecidos explican el 57.49% de la varianza total (46.59% para el primer factor, 6.25% para el segundo factor y 4.65% para el tercer factor); en cuanto a la confiabilidad, se encontró un Alfa de Cronbach: .91 para el factor 1, .88 para el factor 2 y .92 para el factor 3, con .95 para la escala total, indicando una consistencia interna alta para el instrumento (Ecurra y Salas, 2014).

Posterior a ello, en una revisión de las propiedades psicométricas en una muestra de universitarios, se corroboró que el cuestionario puede ser analizado factorialmente, con valores KMO: .950 y prueba de esfericidad de Bartlett: .000, siendo valores adecuados para la factorización; de acuerdo a ello, los factores explicaron el 60.107%

de la varianza total (48.236% para el primer factor, 6.454% para el segundo factor y 5.416% para el segundo factor), cuyas cargas factoriales superaron el .46 por cada ítem en cada factor analizado; asimismo, la confiabilidad obtenida fue de .884 para obsesión, .798 para falta de control y .911 para uso excesivo, así como un .950 para la escala total (Alor, 2023).

El segundo instrumento utilizado fue la Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko (1998) y adaptado a universitarios por Domínguez-Lara et al. (2014). Consta de 12 ítems, divididos en dos factores: Autorregulación académica (9 ítems) y postergación de actividades (3 ítems), cuya valoración ocurre a través de una escala Likert de 5 opciones (N = Nunca, CN = Casi Nunca, AV = A veces, CS = Casi siempre, S = Siempre). Se aplica a sujetos entre 16 y 40 años, en un tiempo aproximado de 10 minutos.

En el estudio de adaptación realizado con 379 universitarios entre 16 y 40 años, según el cual pudo corroborarse que el KMO: .812 y el test de esfericidad de Bartlett ( $p < .01$ ) son significativos para el análisis factorial; según ello, se explica que los factores explican el 49.5% de la varianza total, donde el primero comprende el 34.41% y el segundo el 15.14%; asimismo, la confiabilidad obtenida a través del Alfa de Cronbach fue de .821 para el factor de autorregulación académica y .752 para postergación de actividades (Domínguez-Lara et al., 2014).

En una revisión reciente de las propiedades psicométricas en una muestra de universitarios, el análisis realizado mediante la medida KMO: .835 y prueba de esfericidad de Barlett: .000 evidenciaron validez para el análisis factorial de las dimensiones de la escala; según ello, los factores explicaron el 54.407% de la varianza total (39.606% para el primer factor y 14.801% para el segundo factor), cuyas cargas factoriales superaron el .51 por cada ítem en cada factor analizado; asimismo, la confiabilidad obtenida fue de .850 para autorregulación académica y .854 para postergación de actividades, con .834 para la escala total (Alor, 2023).

## **2.5. Técnicas de procesamiento y análisis de datos**

Dada la recolección de datos a través de los instrumentos utilizados, se procedió a verificar que todos ellos cumplan con los criterios de elegibilidad consideradas de acuerdo a la ficha técnica de los instrumentos. En seguida, se elaboró la base de datos,

para ello se tuvieron en cuenta los códigos asignados de acuerdo a la escala tipo Likert de las respuestas brindadas. Posterior a ello, según los baremos asignados a cada constructo en evaluación, se asignó las categorías que corresponden a cada puntaje directo obtenido.

Más adelante, se procede a analizar los datos a través de procedimientos de estadística. En primer momento, se utiliza la estadística descriptiva para describir los valores según la frecuencia y porcentaje que ocupa cada nivel o categoría. Luego, según la estadística inferencial, se comprueba las hipótesis del estudio; para ello, primero se corrobora la normalidad de los datos a analizar mediante la prueba de Kolmogorov-Smirnov (para una muestra mayor a 50), y luego, corresponde, a través de la prueba estadística elegida, el tratamiento estadístico correspondiente.

Entre las herramientas utilizadas para el procesamiento y análisis de los datos obtenidos, fue Microsoft Excel, que es una hoja de cálculo que permitió elaborar la base de datos y analizar los datos estadísticos descriptivos. A su vez, se utilizó el paquete estadístico IBM SPSS, un software avanzado que permitió comprobar la hipótesis de estudio.

## **2.6. Aspectos éticos de la investigación**

Se tuvo en consideración los preceptos éticos dispuestos por la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI (UCT, 2021), que dispone como parte fundamental de la práctica que todo investigador debe tener en todo trabajo de divulgación académica, ciertas prácticas que responden a prácticas éticas, entre las cuales, se hace mención del respeto a la normativa que rige la práctica científica, tanto nacional como internacional; el respeto a los participantes, desde la consideración del respeto a la dignidad, la diversidad y la libertad, así como el derecho de ser informado de su participación y la confidencialidad y privacidad de la información dada; el consentimiento informado y expreso, donde se busca la participación libre y voluntaria de los participantes respecto a su participación en el estudio, cuyos datos son manejados con estricta reserva; la responsabilidad y rigor científico, en base a la veracidad de la información tratada, basado en el uso de las normativas respectivas (por ejemplo, las normas APA 7ma ed.).

### III. RESULTADOS

**Tabla 1**

*Niveles de adicción a redes sociales*

Variable	Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Adicción a redes sociales	Bajo	16	16%
	Medio	46	46%
	Alto	38	38%
Obsesión por las redes sociales	Bajo	18	18%
	Medio	21	21%
	Alto	61	61%
Falta de control personal en el uso de redes sociales	Bajo	11	11%
	Medio	25	25%
	Alto	64	64%
Uso excesivo de las redes sociales	Bajo	9	9%
	Medio	12	12%
	Alto	79	79%
	Total	100	100%

En la tabla 1 se observa los niveles de adicción a redes sociales, así como sus dimensiones en universitarios de Huamanga. El nivel de adicción que predomina es el medio con el 46% de participantes, seguido del 38% en nivel alto y 16% en nivel bajo. Referente a las dimensiones, se encontró en la mayoría un nivel alto de obsesión con 61%, falta de control personal con 64% y uso excesivo con 79%.

**Tabla 2***Niveles de procrastinación académica*

Variable	Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Procrastinación académica	Bajo	53	53%
	Promedio	43	43%
	Alto	4	4%
	Total	100	100%

En la tabla 2 se observa los niveles de procrastinación en universitarios de Huamanga. Predomina una procrastinación académica de nivel bajo con 53%, seguido del nivel promedio con 43% y nivel alto con solo 4%.

**Tabla 3***Prueba de normalidad de las variables*

	Estadístico	Gl	Sig.
Adicción a redes sociales	.246	100	.000
Obsesión por las redes sociales	.377	100	.000
Falta de control personal en el uso de redes sociales	.393	100	.000
Uso excesivo de las redes sociales	.474	100	.000
Procrastinación académica	.342	100	.000

Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov.

En la tabla 3 se observa el ajuste de normalidad de los datos analizados para la prueba de hipótesis según el test de Kolmogorov-Smirnov. Acorde a lo hallado, se encontró una significancia de .000 ( $p < .05$ ) para la adicción a redes sociales y sus dimensiones, así como de la procrastinación, lo que equivale a deducir que los datos analizados no persiguen una distribución normal. En base a lo deducido, se establece que la prueba para probar la hipótesis es no paramétrica.

**Tabla 4***Correlación entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica*

		Procrastinación académica
	$r_s$	.229*
Adicción a redes sociales	$p$	.022
	$N$	100

\*. La correlación es significativa en el nivel .05 (bilateral).

En la tabla 4 se observa la correlación entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica. De acuerdo a ello, se puede apreciar que la correlación es positiva y baja ( $r_s = .229$ ), cuyo valor es significativo ( $p = .022$ ) por debajo del nivel permitido ( $\alpha = .05$ ), lo que permite valorar en un 95% de confianza que, si el nivel de adicción tiende a aumentar, el nivel de procrastinación también lo hará, o viceversa. Estos resultados corroboran que la hipótesis general planteada es verdadera.

**Tabla 5***Correlación entre la obsesión por las redes sociales y la procrastinación académica*

	Procrastinación académica	
	$r_s$	.334**
Obsesión por las redes sociales	$p$	.001
	$N$	100

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

En la tabla 5 se observa la correlación entre la obsesión por las redes sociales y la procrastinación académica. De acuerdo a ello, se puede apreciar que la correlación es positiva y baja ( $r_s = .334$ ), cuyo valor es altamente significativo ( $p = .001$ ) por debajo del nivel permitido ( $\alpha = .01$ ), lo que permite valorar en un 99% de confianza que, si el nivel de obsesión tiende a aumentar, el nivel de procrastinación también lo hará, o viceversa. Estos resultados corroboran que la primera hipótesis específica es verdadera.

**Tabla 6**

*Correlación entre la falta de control personal en el uso de redes sociales y la procrastinación académica*

		Procrastinación académica
Falta de control personal en el uso de redes sociales	$r_s$	.234*
	$p$	.019
	$N$	100

\*. La correlación es significativa en el nivel .05 (bilateral).

En la tabla 6 se observa la correlación entre la falta de control personal en el uso de redes sociales y la procrastinación académica. De acuerdo a ello, se puede apreciar que la correlación es positiva y baja ( $r_s = .234$ ), cuyo valor es significativo ( $p = .019$ ) por debajo del nivel permitido ( $\alpha = .05$ ), lo que permite valorar en un 95% de confianza que, si el nivel de falta de control personal tiende a aumentar, el nivel de procrastinación también lo hará, o viceversa. Este resultado ratifica que la segunda hipótesis específica es verdadera.

**Tabla 7***Correlación entre el uso excesivo de las redes sociales y la procrastinación académica*

	Procrastinación académica	
	$r_s$	.349**
Uso excesivo de las redes sociales	$p$	.000
	$N$	100

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

En la tabla 7 se observa la correlación entre el uso excesivo de las redes sociales y la procrastinación académica. De acuerdo a ello, se puede apreciar que la correlación es positiva y baja ( $r_s = .349$ ), cuyo valor es altamente significativo ( $p = .000$ ) por debajo del nivel permitido ( $\alpha = .01$ ), lo que permite valorar en un 99% de confianza que, si el nivel de uso excesivo tiende a aumentar, el nivel de procrastinación también lo hará, o viceversa. Este resultado ratifica que la tercera hipótesis específica es verdadera.

#### IV. DISCUSIÓN

En la presente investigación, se tuvo como objetivo determinar la relación entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad nacional de Huamanga, 2024. Dado tal propósito, se puede apreciar que la correlación es positiva baja ( $r_s = .229$ ) y significativa ( $p = .022 < \alpha .05$ ), lo que permite valorar que, al aumentar el nivel de adicción, el nivel de procrastinación tiende a elevarse, o viceversa, lo que corrobora que la hipótesis general planteada es verdadera.

Pudo hallarse resultados similares en diversos estudios donde relacionaron la adicción a redes sociales y procrastinación académica, entre ellos con Xian y Ying (2022), cuyos resultados evidenciaron una relación significativa ( $r = .23, p < .01$ ); de igual manera, Suárez et al. (2022) demostraron una relación significativa entre todos los factores de ambas variables ( $p < .01$ ); así también, Anierobi et al. (2021) hallaron correlación alta y positiva ( $r = .959, p < .001$ ); igualmente, Al Shaibani (2020) pudo corroborar que existe correlación significativa ( $r = .46, p < .01$ ); de la misma forma, Nwosu et al. (2020) indicaron una correlación significativa ( $r = .332, p < .01$ ); asimismo, Ekşi et al. (2019) mostraron que los adictos a redes sociales presentan alta procrastinación ( $p < .001$ ); de la misma manera, Alor (2023) pudo hallar una relación significativa y positiva ( $\rho = .126, p = .044$ ); de igual modo, Rodríguez y Alfaro (2022) hallaron relación significativa ( $\rho = .465, p < .01$ ). Sin embargo, pudo encontrarse divergencias con el estudio de Arteaga et al. (2022), donde no pudo encontrarse relación significativa ( $\rho = .045, p = .436$ ); lo mismo ocurrió en la investigación de Flores (2022), donde se presentó relación positiva pero no significativa ( $r = .142, p = .260$ ). Esto indica que un alto nivel de adicción a redes sociales puede indicar una elevada procrastinación e incluso, poder predecir este tipo de problema; no obstante, esta asociación no siempre puede ocurrir, posiblemente debido al contexto donde se evalué y que puede variar por factores internos o externos a la persona.

Desde una perspectiva teórica, se alude que la adicción a redes sociales trae como consecuencia la procrastinación (Kuss y Griffiths, 2011), puesto que el placer por el uso de redes sociales en los universitarios puede provocar un retraso en las tareas académicas si no lo gestionan adecuadamente, siendo un factor que puede frustrar los objetivos académicos de los estudiantes si no ordenan a tiempo sus prioridades, ya que sus actividades relacionados

a su formación profesional fueron pospuestos por actividades adictivas negativas (Anierobi et al., 2021). Dicha perspectiva se ha evidenciado en diversos estudios en universitarios, quienes suelen tener un uso adictivo de redes sociales y como secuela, tienden a procrastinar con mayor frecuencia, lo que conlleva a reducir su rendimiento académico (Arteaga et al., 2022), sumado a dificultades familiares y sociales, además de reducción en el tiempo del sueño o el descuido en el cumplimiento de tareas (Yana et al., 2022). De forma que, los universitarios que tienen un acceso frecuente y por mucho tiempo durante el día a las redes sociales, suelen abandonar las tareas que cotidianamente les corresponde hacer, nada ajeno a la vida académica, donde aplazan constantemente el cumplimiento de dichas actividades e incluso se ven incapaces de cumplirlas (Aznar et al., 2020).

Por otro lado, según los objetivos específicos, se buscó describir el nivel de la adicción a redes sociales en los universitarios que participaron del estudio. Según la finalidad perseguida, pudo hallarse que el 46% de los participantes presentaron una adicción media, seguido del 38% en nivel alto y el 16% en nivel bajo; asimismo, referente a las dimensiones, se encontró en la mayoría un nivel alto, tanto en obsesión con 61%, como en falta de control personal con 64% y uso excesivo con 79%.

Al comparar con estudios previos, se hallaron resultados similares en el estudio de Al Shaibani (2020), cuyos participantes presentaron en su mayoría una adicción moderada ( $\bar{x}=2.71$ ), al igual que Arteaga et al. (2022), quienes señalaron que el 38.8% presentó un nivel medio; no obstante, hubo diferencias con la investigación de Alor (2023), quien reportó que el 43.3% presentó una adicción alta, al igual que Rodríguez y Alfaro (2022) donde el 77.1% presentó dependencia severa a redes sociales, igualmente con Yana et al. (2022), donde la mayoría presentó una adicción grave con 67.8%. Al compararse con los hallazgos obtenidos, estos resultados indican que el uso compulsivo y problemático de plataformas digitales para la socialización no afecta a la mayoría, tal como puede verse en diversos estudios; no obstante, si coincide una parte de ellos con otras investigaciones con alta incidencia de este problema psicológico y requiere de un mayor interés por reducir este riesgo.

En ese sentido, puede describirse que el uso desadaptativo de las redes sociales caracterizado por síntomas similares a los de la adicción y/o una autorregulación reducida (Zun y Zhang, 2021), mantiene a los estudiantes demasiado preocupados por utilizar un sitio de red social, impulsado por una fuerte motivación para iniciar sesión o usarla y dedicar tanto tiempo y esfuerzo como sea necesario para ello en detrimento de otras actividades

cotidianas (Al Shaibani, 2020) y puede desencadenar en síntomas clínicos (Escurrea y Salas, 2014), ya que causa deterioro significativo en la vida de una persona, quien se ve incapaz de controlar este comportamiento, cuyos efectos generan interferencias significativas en las tareas cotidianas (Dalvi-Esfahani et al., 2019).

Otro objetivo específico que se tuvo fue describir el nivel de la procrastinación académica en los universitarios partícipes del estudio. Dado tal propósito, se observó que la procrastinación predominó en un nivel bajo con 53%, seguido del nivel promedio con 43% y nivel alto con solo 4%.

Los hallazgos obtenidos difieren de varias investigaciones cuyos resultados fueron menos alentadores en cuanto al nivel de procrastinación; tal es el caso de Anierobi et al. (2021) y Arteaga et al. (2022), donde el 42.7% y 53.1% presentó un nivel medio respectivamente; de igual manera, Alor (2023) reportó que el 39.6% tuvo un nivel muy alto, y Yana et al. (2022) quien concluyó que el 68.6% presentó una procrastinación alta. Estos hallazgos reflejan que, a comparación de los estudios previos revisados, la tendencia a procrastinar aún no tiene alcances preocupantes estadísticamente; no obstante, hay una parte de ellos con quienes debe trabajarse en la mejora.

Desde una perspectiva teórica, la procrastinación académica se caracteriza por el retraso intencional o voluntario para cumplir con las actividades académicas (Eisenbeck et al., 2019; Steel, 2007), que muchas veces son innecesarias (Estrada y Mamani, 2020). Este grupo de personas prefieren otras actividades ajenas a las responsabilidades académicas, tales como las relaciones sociales; usualmente, estas personas saben que tienen una actividad pendiente, reconoce que puede hacerlo y lo intenta, pero en realidad no lo realiza, debido a ciertas características de la personalidad como la flojera, la indisciplina o la dificultad para organizar el tiempo, para ello utilizan el autosabotaje, las excusas falsas y las atribuciones a factores ajenos a su desempeño (Álvarez, 2010).

También se tuvo como objetivo específico, identificar la relación entre la obsesión por las redes sociales y la procrastinación académica en los universitarios partícipes. Según el cual, se halló una correlación positiva baja ( $r_s = .334$ ) y altamente significativa ( $p = .001 < \alpha = .01$ ), lo que permite valorar que, si el nivel de obsesión tiende a aumentar, el nivel de procrastinación también lo hará, o viceversa. Estos resultados corroboran que la primera hipótesis específica es verdadera.

Estos hallazgos fueron afines con las investigaciones de Alor (2023), quien encontró una correlación positiva significativa ( $r_s = .148$ ,  $p = .018$ ) entre la obsesión a redes sociales y la procrastinación académica, al igual que Rodríguez y Alfaro (2022), quienes expusieron que la procrastinación académica con la dependencia, tolerancia y abstinencia a redes sociales ( $p < .01$ ); esto dispone que los resultados encontrados se sustentan en otros estudios en cuanto a la aseveración que, a mayor obsesión al usar una red sociales, equivale a una mayor postergación del cumplimiento de actividades.

Desde una perspectiva teórica, una persona obsesiva por las redes sociales presenta un compromiso mental cuyos pensamientos y fantasías son constantes en el uso de la misma, con episodios de ansiedad y preocupación si es que no está en ellas (Escrura y Salas, 2014). Dicha obsesión suele ser un motivo por el cual puede explicarse el retraso intencional para el cumplimiento de las tareas académicas a pesar de obtener resultados deficientes debido a la demora (Steel, 2007).

Asimismo, se tuvo como objetivo específico identificar la relación entre la falta de control personal en el uso de redes sociales y la procrastinación académica en los universitarios evaluados. Al respecto, se puede apreciar que la correlación es positiva baja ( $r_s = .234$ ) y significativa ( $p = .019 < \alpha = .05$ ), lo que permite valorar que, si el nivel de falta de control personal tiende a aumentar, el nivel de procrastinación también lo hará, o viceversa. Este resultado ratifica que la segunda hipótesis específica es verdadera.

Pudo encontrarse resultados similares en la investigación de Alor (2023), quien halló relación positiva altamente significativa ( $r_s = .172$ ,  $p = .006$ ) entre la falta de control propio de redes sociales y la procrastinación académica; de igual modo, la investigación de Rodríguez y Alfaro (2022) comprobó relación positiva y significativa en un análisis similar ( $p < .01$ ). Esto equivale a indicar que las personas con bajo autocontrol en cuanto al uso de redes sociales tienden a posponer el cumplimiento de sus actividades académicas.

Cabe precisarse que la falta de control personal al usar redes sociales caracterizados por usar de manera descontrolada e ininterrumpida de estos medios, cuyas consecuencias suelen retrasar y descuidar tareas y estudios (Escrura y Salas, 2014); es decir, estas personas prefieren la realización de otras actividades placenteras ajenas a la universidad (Domínguez-Lara et al., 2014), lo que equivale a señalar que procrastinan debido al poco control en el uso de las diferentes redes sociales.

Por último, se tuvo como objetivo específico identificar la relación entre el uso excesivo de las redes sociales y la procrastinación académica en los universitarios que participaron del estudio, donde se corroboró que la correlación es positiva baja ( $r_s = .349$ ) y altamente significativa ( $p = .000 < \alpha = .01$ ), lo que permite valorar que, si el nivel de uso excesivo tiende a aumentar, el nivel de procrastinación también lo hará, o viceversa. Este resultado ratifica que la tercera hipótesis específica es verdadera.

Al examinar investigaciones anteriores, pudo hallarse semejanza con el estudio de Rodríguez y Alfaro (2022), donde hubo relación positiva y significativa entre la procrastinación académica y las dimensiones de dependencia a redes sociales ( $p < .01$ ); en cambio, la investigación de Alor (2023) no evidenció relación significativa ( $r_s = .015$ ,  $p = .811$ ) en el análisis relacional realizado entre el uso excesivo de las redes sociales y la procrastinación académica. De modo que, estos resultados sustentan la relación entre el uso sin control en el tiempo de las redes sociales y la postergación de tareas académicas, aunque esta tendencia no se presente en todos los estudios comparados.

Al respecto, estos hallazgos se sustentan en el uso excesivo de las redes sociales, relacionado a la dificultad para controlar el tiempo de uso de los mismos, sin ser capaces de disminuir y controlar la cantidad de tiempo que están frente a sus dispositivos (Escrura y Salas, 2014). De modo que, el uso prolongado de las redes sociales suele ser una de las prácticas más comunes que se asocia a la procrastinación, ya que es una actividad disfuncional que induce a las personas a retrasar el cumplimiento de sus tareas académicas, ya que se ven incapaces de autorregular el tiempo que permanecen en estos medios, siendo una de las principales causas para que este problema esté presente (Xian y Ying, 2022). En síntesis, estas personas fracasan al intentar autorregular su tiempo (Caratiquit y Caratiquit, 2023), en consecuencia, descuidan sus actividades académicas (Suárez et al., 2022).

## V. CONCLUSIONES

- Según el objetivo general, se determinó que la adicción a redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad Nacional de Huamanga presentan una correlación positiva baja ( $r_s = .229$ ) y significativa ( $p = .022 < \alpha = .05$ ), lo que permite valorar en un 95% de confianza que, si el nivel de adicción tiende a aumentar, el nivel de procrastinación también lo hará, o viceversa, según el cual se constata que la hipótesis general es verdadera.
- Según el primer objetivo específico, se concluyó que la adicción a redes sociales en los universitarios en su mayoría fue de nivel medio (46%), seguido del nivel alto (38%) y nivel bajo (16%). Concerniente a las dimensiones, la mayoría estuvo en un nivel alto de obsesión (61%), falta de control personal (64%) y uso excesivo (79%).
- Según el segundo objetivo específico, se concluyó que la procrastinación académica en los universitarios fue de nivel bajo (53%), seguido del nivel promedio (43%) y nivel alto (4%).
- Según el tercer objetivo específico, se determinó que la obsesión por las redes sociales y la procrastinación académica en los universitarios presentaron una correlación positiva baja ( $r_s = .334$ ) y altamente significativa ( $p = .001 < \alpha = .01$ ), lo que permite valorar en un 99% de confianza que, si el nivel de obsesión tiende a aumentar, el nivel de procrastinación también lo hará, o viceversa.
- Según el cuarto objetivo específico, se determinó que la falta de control personal en el uso de redes sociales y la procrastinación académica presentaron una correlación positiva baja ( $r_s = .234$ ) y significativa ( $p = .019 < \alpha = .05$ ), lo que permite valorar en un 95% de confianza que, si el nivel de obsesión tiende a aumentar, el nivel de procrastinación también lo hará, o viceversa.
- Según el quinto objetivo específico, se determinó que el uso excesivo de las redes sociales y la procrastinación académica presentaron una correlación positiva baja ( $r_s = .349$ ) y altamente significativa ( $p = .000 < \alpha = .01$ ), lo que permite valorar en un 99% de confianza que, si el nivel de uso excesivo tiende a aumentar, el nivel de procrastinación también lo hará, o viceversa.

## VI. RECOMENDACIONES

- Al encontrarse relación entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica, es conveniente que la dirección de la facultad de la universidad desarrolle actividades recreativas que involucren desarrollar actividades fuera de la vida virtual, tales como jornadas deportivas, campeonatos de ajedrez, danzas, caminatas, etc.
- Se sugiere a la oficina de bienestar universitario concientizar a los estudiantes respecto a las consecuencias nocivas del uso excesivo de las redes sociales, así como la planificación de actividades, toma de decisiones y establecimiento de prioridades.
- Al área de psicología, orientar en hábitos saludables de estudio que les permita orientar sus actividades hacía metas concretas y prioritarias que coadyuven a la mejor de su rendimiento académico. Sumado a ello, hábitos saludables de descanso, alimentación y recreación.
- A los padres de familia de los estudiantes, es pertinente emplazar el acompañamiento a sus hijos en el uso responsable de redes sociales y el establecimiento y cumplimiento de actividades, tanto personales, como académicas en beneficio de una vida más activa y fructífera.
- A futuras investigaciones, determinar si la adicción a redes sociales es un factor de riesgo que predice la procrastinación académica; para ello, tener en cuenta poblaciones más amplias de universitarios teniendo en cuenta niveles de investigación explicativas.

## VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aliaga, K. (2022). *Procrastinación académica y dependencia al móvil en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de una institución educativa de La Mar, Ayacucho – 2020* [tesis de titulación, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote]. <https://hdl.handle.net/20.500.13032/28368>
- Alor, J. (2023). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur* [tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. <https://hdl.handle.net/20.500.13067/2630>
- Al-Samarraie, H., Bello, K., Alzahrani, A., Smith, A. y Emele, C. (2022). Young users' social media addiction: causes, consequences and preventions. *Information Technology & People*, 35(7), 2314-2343. <https://doi.org/10.1108/ITP-11-2020-0753>
- Álvarez, O. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Persona*, 13, 159-177. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=147118212009>
- Andreassen, C. y Pallesen, S. (2014). Social network site addiction - An overview. *Current Pharmaceutical Design*, 20(25), 4053–4061. <https://doi.org/10.2174/13816128113199990616>
- Anierobi, E. I., Etodike, C. E., Okeke, N. U., & Ezennaka, A. O. (2021). Social Media Addiction as Correlates of Academic Procrastination and Achievement among Undergraduates of Nnamdi Azikiwe University Awka, Nigeria. *International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development*, 10(3), 20–33. <http://dx.doi.org/10.6007/IJARPED/v10-i3/10709>
- Arteaga, J., Quispe, N., Sánchez, K., Polin, J., Coronado, J. y Cjuno, J. (2022). Adicción a redes sociales y procrastinación académica en universitarios de la selva peruana. *Revista Eugenio Espejo*, 16(3), 4-14. <https://www.redalyc.org/journal/5728/572872037002/html/>
- Aznar, I., Romero, J., García, A. y Ramírez, M. (2020). Mexican and Spanish university students' Internet addiction and academic procrastination: Correlation and potential factors. *PLoS ONE*, 15(5), e0233655. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0233655>
- Baumeister, R., Vohs, K., Nathan, C. y Liqing Zhang. (2007). How Emotion Shapes Behavior: Feedback, Anticipation, and Reflection, Rather Than Direct Causation.

- Personality and Social Psychology Review*, 11(2), 167-203.  
<https://doi.org/10.1177/1088868307301033>
- Caratiquit, K. y Caratiquit, P. (2023). Influence of social media addiction on academic achievement in distance learning: Intervening role of academic procrastination. *Turkish Online Journal of Distance Education*, 24(1), 1-19.  
<https://doi.org/10.17718/tojde.1060563>
- Cheng, C., Lau, Y., Chan, L. y Luk, J. (2021). Prevalence of social media addiction across 32 nations: Meta-analysis with subgroup analysis of classification schemes and cultural values. *Addictive Behaviors*, 117, e106845.  
<https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.106845>
- Dalvi-Esfahani, M., Niknafs, A., Kuss, D., Nilashi, M. y Afrough, S. (2019). Social Media Addiction: Applying the DEMATEL Approach. *Telematics and Informatics*, 43, e101250. <https://doi.org/10.1016/j.tele.2019.101250>
- Dominguez-Lara, S., Villegas, G. y Centeno, S. (2014). Procrastinación académica: validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. *Liberabit. Revista de Psicología*, 20(2), 293-304.  
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68632617010>
- Eisenbeck, N., Carreno, D. y Uclés-Juárez, R. (2019). From psychological distress to academic procrastination: Exploring the role of psychological inflexibility. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 13, 103-108.  
<https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2019.07.007>
- Ekşi, H., Turgut, T. y Sevim, E. (2019). The Mediating Role of General Procrastination Behaviors in the Relationship between Self-Control and Social Media Addiction in University Students. *ADDICTA: The Turkish Journal on Addictions*, 6(3), 717-745.  
<https://www.addicta.com.tr/en/the-mediating-role-of-general-procrastination-behaviors-in-the-relationship-between-self-control-and-social-media-addiction-in-university-students-1367>
- El Shaibani, M. (2020). Academic Procrastination Among University Students in Saudi Arabia and Its Association with Social Media Addiction. *Psychology and Education Journal*, 57(8), 1118-1124.  
<http://psychologyandeducation.net/pae/index.php/pae/article/view/1344>

- Escurrea, M. y Salas, E. (2014). Construcción y validación del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS). *Liberabit. Revista de Psicología*, 20(1), 73-91. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68631260007>
- Estrada, E. y Mamani, H. (2020). Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes universitarios de Madre de Dios, Perú. *Apuntes Universitarios*, 10(4), 322–337. <https://doi.org/10.17162/au.v10i4.517>
- Estremadoiro, B. y Schulmeyer, M. (2021). Procrastinación académica en estudiantes universitarios. *Revista Aportes de la Comunicación y la Cultura*, (30), 51-66. [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2306-86712021000100004&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2306-86712021000100004&lng=es&tlng=es).
- Ferris, A., Hollenbaugh, E. y Sommer, P. (2021). Applying the Uses and Gratifications Model to Examine Consequences of Social Media Addiction. *Social Media + Society*, 7(2), 1-16. <https://doi.org/10.1177/20563051211019003>
- Flores, C. y Valenzuela, A. (2022). Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada del sur del Perú, 2019. *Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 6(24), 886–893. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v6i24.383>
- Flores, L. (2022). Adicción a las redes sociales, procrastinación académica y cansancio emocional en estudiantes de una universidad privada de Lima, Perú. *RIEE: Revista Internacional de Estudios en Educación*, 22(1), 51-60. <https://doi.org/10.37354/riee.2022.220>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2021). *Aumenta la preocupación por el bienestar de los niños, niñas y adolescentes ante el incremento del tiempo que pasan frente a las pantallas*. UNICEF. <https://www.unicef.org/peru/comunicados-prensa/preocupaci%C3%B3n-bienestar-ninos-ninas-adolescentes-tiemp-frente-pantalla-internet-seguro>
- Fuentes, D., Toscano, A., Malvaceda, E., Díaz, J. L. y Díaz, L. (2020). *Metodología de la investigación: Conceptos, herramientas y ejercicios prácticos en las ciencias administrativas y contables*. Editorial Universidad Pontificia Bolivariana.
- Griffiths, M. (2005). A ‘components’ model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191-197. <https://doi.org/10.1080/14659890500114359>

- Habelrih, E. y Hicks, R. (2015). Psychological well-being and its relationships with active and passive procrastination. *International Journal of Psychological Studies*, 7(3), 25-34. <https://doi.org/10.5539/ijps.v7n3p25>
- Hernández, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw Hill Interaction.
- Kuss, D. y Griffiths, M. (2011). Online Social Networking and Addiction—A Review of the Psychological Literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 8(9), 3528-3552. <https://doi.org/10.3390/ijerph8093528>
- Nwosu, K., Ikwuka, O. I., Onyinyechi, M. y Unachukwu, G. (2020). Does the Association of Social Media Use with Problematic Internet Behaviours Predict Undergraduate Students' Academic Procrastination?. *Canadian Journal of Learning and Technology*, 46(1), 1-22. <https://eric.ed.gov/?id=EJ1267623>
- Ríos, P. (2020). *Metodología de la Investigación: Un Enfoque Pedagógico* (3ª ed.). Editorial Cognitus. <https://es.everand.com/book/487673232/Metodologia-de-la-Investigacion-Un-Enfoque-Pedagogico>
- Rios, R. (2017). *Metodología para la investigación y redacción*. Servicios Académicos Intercontinentales S.L.
- Rodriguez, M. y Alfaro, R. (2022). Dependencia a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes universitarios de una universidad de Juliaca. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 15(1), 1-18. <https://doi.org/10.17162/rccs.v15i1.1751>
- Schimmele, C., Fonberg, J. y Schellenberg, G. (2021). *Canadians' assessments of social media in their lives*. Statistics Canada. <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/36-28-0001/2021003/article/00004-eng.htm>
- Statista. (2023a). *Social media - Statistics & Facts*. <https://www.statista.com/topics/1164/social-networks/#topicOverview>
- Statista. (2023b). *Social media usage in Peru - Statistics & Facts*. <https://www.statista.com/topics/7219/social-media-usage-in-peru/#topicOverview>
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>
- Stratton, S. (2021). Population Research: Convenience Sampling Strategies. *Prehospital and Disaster Medicine*, 36(4), 373-374. <https://doi.org/10.1017/S1049023X21000649>

- Suárez, A. Ruiz, Z. y Garcés, Y. (2022). Profiles of undergraduates' networks addiction: Difference in academic procrastination and performance. *Computers & Education*, *181*, e104459. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2022.104459>
- Sun, Y. y Zhang Y. (2021). A review of theories and models applied in studies of social media addiction and implications for future research. *Addictive Behaviors*, *114*, e106699. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106699>
- Supo, J. (2020). *Metodología de la Investigación Científica* (3ª ed.). Bioestadístico EEDU. Valladolid, A., Neyra, F., Hernández, O., Callupe, P. y Akintui, J. (2023). Adicción a redes sociales en estudiantes de una universidad nacional de Junín (Perú). *Región Científica*, *2*(1), e202353. <https://doi.org/10.58763/rc202353>
- Woodward, M. (2023). *Social Media Addiction Statistics for 2024*. Search Logistics. <https://www.searchlogistics.com/learn/statistics/social-media-addiction-statistics/>
- Xian, L. y Ying, S. (2022). Relationship between Social Media Addiction Levels and Academic Procrastination among Undergraduate Students in Malaysia: Grit as the Mediator. *Advanced Journal of Social Science*, *11*(1), 13–27. <https://doi.org/10.21467/ajss.11.1.13-27>
- Yana, M., Adco, D., Alanoca, R. y Casa-Coila, M. (2022). Adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en adolescentes peruanos en tiempos de coronavirus Covid-19. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, *25*(2), 129–143. <https://doi.org/10.6018/reifop.513311>

## ANEXOS

### Anexo 1: Instrumentos de recolección de información

#### CUESTIONARIO DE ADICCIÓN A REDES SOCIALES (ARS)

*Elaborado por Ecurra y Salas (2014)*

Sexo: F ( )      M ( )      Edad:

Escuela:

#### **Instrucciones**

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

Siempre	<b>S</b>	Rara vez	<b>RV</b>
Casi siempre	<b>CS</b>	Nunca	<b>N</b>
Algunas veces	<b>AV</b>		

N°	Descripción	Respuestas				
		S	CS	AV	RV	N
1.	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.					
2.	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.					
3.	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.					
4.	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.					
5.	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.					
6.	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.					
7.	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.					
8.	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.					
9.	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.					

10.	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.					
11.	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.					
12.	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.					
13.	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.					
14.	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.					
15.	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.					
16.	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.					
17.	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.					
18.	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.					
19.	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.					
20.	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.					
21.	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.					
22.	Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.					
23.	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).					
24.	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.					

## ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA (EPA)

*Elaborado por Busko (1998), adaptado por Álvarez (2010)*

### 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 tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.					
4.	Asisto regularmente a clase.					
5.	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.					
6.	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.					
7.	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan.					
8.	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.					
9.	Invierto el tiempo necesario en estudiar aún cuando el tema sea aburrido.					
10.	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.					
11.	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.					
12.	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.					

## Anexo 2: Ficha técnica

<b>Nombre original del instrumento</b>	Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)
<b>Autor y año</b>	Original: Escurra y Salas Año: 2014
<b>Objetivo del instrumento</b>	Evaluar el grado de adicción a las redes sociales en universitarios.
<b>Usuarios</b>	Universitarios.
<b>Forma de administración o modo de aplicación</b>	Individual y/o colectiva.
<b>Validez</b>	Se corroboró que el cuestionario puede ser analizado factorialmente, con valores KMO: .950 y prueba de esfericidad de Barlett: .000, siendo valores adecuados para la factorización; de acuerdo a ello, los factores explicaron el 60.107% de la varianza total (48.236% para el primer factor, 6.454% para el segundo factor y 5.416% para el segundo factor), cuyas cargas factoriales superaron el .46 por cada ítem en cada factor analizado (Alor, 2023).
<b>Confiabilidad</b>	Alfa de Cronbach: .884 para obsesión, .798 para falta de control y .911 para uso excesivo, así como un .950 para la escala total (Alor, 2023).

<b>Nombre original del instrumento</b>	Escala de Procrastinación Académica (EPA)
<b>Autor y año</b>	Original: Busko Año: 1998
	Adaptación: Domínguez-Lara et al. Año: 2014
<b>Objetivo del instrumento</b>	Medir el grado de procrastinación académica.
<b>Usuarios</b>	Universitarios
<b>Forma de administración o modo de aplicación</b>	Individual y/o colectiva
<b>Validez</b>	El análisis realizado mediante la medida KMO: .835 y prueba de esfericidad de Barlett: .000 evidenciaron validez para el análisis factorial de las dimensiones de la escala; según ello, los factores explicaron el 54.407% de la varianza total (39.606% para el primer factor y 14.801% para el segundo factor), cuyas cargas factoriales superaron el .51 por cada ítem en cada factor analizado (Alor, 2023).
<b>Confiabilidad</b>	La confiabilidad obtenida fue de .850 para autorregulación académica y .854 para postergación de actividades, con .834 para la escala total (Alor, 2023).

### Anexo 3: Operacionalización de las variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Instrumento	Escala de medición
Adicción a redes sociales	Se considera una adicción psicológica caracterizado por un comportamiento repetitivo que resulta ser placentero en un primer momento, pero que, al volverse un hábito, puede ocasionar estados de necesidad que no pueden controlarse y generan ansiedad, de forma que, para calmar dicho estado ansioso, repiten el comportamiento, volviéndose adictivo (Escurra y Salas, 2014).	La variable fue evaluada mediante el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) elaborado por Escurra y Salas (2014), se compone de 24 ítems y consta de tres dimensiones.	Obsesión por las redes sociales	Tiempo de conexión. Estado de ánimo. Relaciones Interpersonales.	2, 3, 5, 6, 7, 13, 15, 19, 22, 23	Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS).	Ordinal Categoría
			Falta de control personal en el uso de redes sociales	Control de tiempo conectado. Intensidad. Frecuencia.	4, 11, 12, 14, 20, 24		
Procrastinación	Conducta que se caracteriza por el retraso intencional para el cumplimiento de las tareas académicas a pesar de que los resultados por la demora serán más deficientes (Steel, 2007). Es una tendencia a dejar de lado tareas para ser cumplidas recién en el futuro (Álvarez, 2010).	La variable fue evaluada a través de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko (1998) y adaptado a universitarios por Domínguez et al. (2014), consta de 12 ítems y se divide en dos dimensiones.	Autorregulación académica	Preparación Búsqueda de solución Mejora de hábitos	2, 3, 4, 5, 8, 9, 10, 11, 12.	Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko (1998) y adaptado a universitarios por Domínguez et al. (2014).	Ordinal Categoría
			Postergación de actividades	Aplazamiento Retraso en la realización de tareas	1, 6, 7.		

## Anexo 4: Carta de presentación



"AÑO DEL BICENTENARIO DE LA CONSOLIDACIÓN DE NUESTRA INDEPENDENCIA Y DE LA CONMEMORACIÓN DE LAS HERÓICAS BATALLAS DE JUNÍN Y AYACUCHO"

Trujillo, 20 de febrero del 2024

CARTA N°007-2024/UCT-FCS

**DR. PAVEL ANTONIO ALARCON VILA**  
**DIRECTOR ESCUELA PROFESIONAL DE OBSTETRICIA**  
**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTOBAL DE HUAMANGA**

De mi especial consideración:

Expreso a usted un cordial saludo a nombre de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica de Trujillo "Benedicto XVI", además de agradecer su apoyo y confianza con nuestra casa Superior de Estudios.

Es oportuno presentar al Bachiller de la carrera Profesional de Psicología, a fin de que aplique sus instrumentos de evaluación: Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) de Escurra y Salas (2014) y la Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko (1998); de la investigación denominada: "Adicción a Redes Sociales y Procrastinación Académica en estudiantes de una universidad nacional de Huamanga, 2024."; donde Ud. tan dignamente dirige

- PÉREZ LÓPEZ LUIS ÁNGEL

Sin otro particular y agradeciendo por su atención a la presente, me despido expresándole las muestras de consideración y estima.

Atentamente,



**Dra. Anita Jeanette Campos Márquez**  
**Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud**



Escaneado con CamScanner

## Anexo 5: Consentimiento informado



### CONSENTIMIENTO INFORMADO

18 de enero de 2024

Estimado (a):

.....

Programa de Estudios de Psicología de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” apoya la práctica de obtener el consentimiento informado y de proteger a los sujetos humanos que participen en investigación.

La siguiente información tiene por objeto ayudarle a decidir si aceptará participar en el presente estudio. Usted está en libertad de retirarse del estudio en cualquier momento.

Para tal efecto se le pedirá que responda al *Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) de Ecurra y Salas (2014)* y la *Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko (1998)* y adaptado a universitarios por Domínguez et al. (2014). Nos interesa determinar la relación entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad nacional de Huamanga, 2024. Nos gustaría que usted participara de esta investigación, pero tal participación es estrictamente voluntaria. Les aseguramos que su nombre no se mencionará en los hallazgos de la investigación. La información sólo se identificará mediante un código numérico.

Si le gustaría tener información adicional acerca del estudio antes o después que finalice, puede ponerse en contacto con cualquiera de nosotros por teléfono o por correo.

Agradecemos su atención y apreciamos su interés y cooperación.

Atentamente,

Perez Lopez, Luis Angel  
Bachiller en psicología de la UCT  
Celular: +51 950 291 311

## Anexo 6: Matriz de consistencia

Título	Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Dimensiones	Metodología
Adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una universidad nacional de Huamanga, 2024.	<p><b>Problema general:</b> ¿Cuál es la relación que existe entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad nacional de Huamanga, 2024?</p> <p><b>Problemas específicos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Cuál es la relación que existe entre la obsesión por las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad nacional de Huamanga, 2024?</li> <li>• ¿Cuál es la relación que existe entre la falta de control personal en el uso de redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad nacional</li> </ul>	<p><b>Objetivo general:</b> Determinar la relación entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad nacional de Huamanga, 2024.</p> <p><b>Objetivos específicos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Describir el nivel de la adicción a redes sociales en estudiantes de una universidad nacional de Huamanga, 2024.</li> <li>• Describir el nivel de la procrastinación académica en estudiantes de una universidad nacional de Huamanga, 2024.</li> <li>• Identificar la relación entre la obsesión por las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de una</li> </ul>	<p><b>Hipótesis general:</b> Hi: Existe relación directa y significativa entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad nacional de Huamanga, 2024.</p> <p><b>Hipótesis específicas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• H1: Existe relación directa y significativa entre la obsesión por las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad nacional de Huamanga, 2024.</li> <li>• H2: Existe relación directa y significativa entre la falta de control personal en el uso de redes sociales y la procrastinación</li> </ul>	<p>Adicción a redes sociales</p> <p>Procrastinación</p>	<p>Obsesión por las redes sociales</p> <p>Falta de control personal en el uso de redes sociales</p> <p>Uso excesivo de las redes sociales</p> <p>Postergación de actividades</p> <p>Autorregulación académica</p>	<p><b>Enfoque:</b> Cuantitativo <b>Tipo:</b> Básico <b>Diseño:</b> No experimental transversal. <b>Nivel:</b> Correlacional</p> <p><b>Población y muestra</b> Población: 120 estudiantes. Muestra: 100 estudiantes Muestreo: No probabilístico.</p> <p><b>Técnica e instrumento de recolección de datos:</b> Técnica: encuesta. Instrumentos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) de Escurra y Salas (2014).</li> <li>• Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko (1998) y</li> </ul>

---

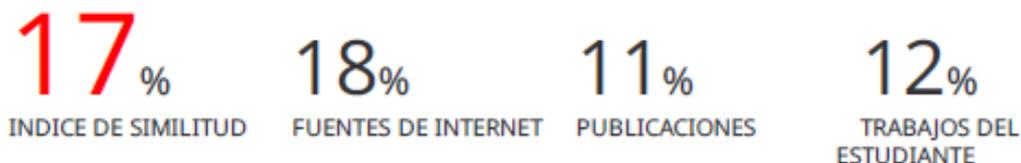
<p>de Huamanga, 2024?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Cuál es la relación que existe entre el uso excesivo de las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad nacional de Huamanga, 2024?</li> </ul>	<p>universidad nacional de Huamanga, 2024.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar la relación entre la falta de control personal en el uso de redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad nacional de Huamanga, 2024.</li> <li>• Identificar la relación entre el uso excesivo de las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad nacional de Huamanga, 2024.</li> </ul>	<p>académica en estudiantes de una universidad nacional de Huamanga, 2024.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• H3: Existe relación directa y significativa entre el uso excesivo de las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad nacional de Huamanga, 2024.</li> </ul>	<p>adaptado a universitarios por Domínguez et al. (2014).</p>
--	--	---	---

---

## Anexo 7: Informe de originalidad

### Luis Angel Perez (3).pdf

#### INFORME DE ORIGINALIDAD



#### FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<b>repositorio.uct.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>5%</b>
<b>2</b>	<b>repositorio.autonoma.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>3%</b>
<b>3</b>	<b>Submitted to Universidad Alas Peruanas</b> Trabajo del estudiante	<b>3%</b>
<b>4</b>	<b>repositorio.ucv.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>2%</b>
<b>5</b>	<b>www.repositorio.autonomadeica.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>6</b>	<b>Submitted to Universidad Autonoma del Peru</b> Trabajo del estudiante	<b>1%</b>
<b>7</b>	<b>repositorio.upao.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>8</b>	<b>repositorio.autonomadeica.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>9</b>	<b>hdl.handle.net</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>