



**UNIVERSIDAD RICARDO PALMA  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**Procrastinación académica y ansiedad en la enseñanza virtual en estudiantes de psicología de  
una Universidad Privada de Lima Metropolitana**

**TESIS**

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología

**AUTOR(ES):**

Velasquez Manrique Angie Diana (0009-0009-6596-1615)

**ASESOR(ES):**

Pando Fernández Liliana Cecilia (0000-0001-5318-4059)

**LIMA – PERÚ**

**2023**

## **Metadatos Complementarios**

### **Datos de autor**

AUTOR: Velasquez Manrique Angie Diana

Tipo de documento de identidad: DNI

Número de documento: 70248429

### **Datos de asesor**

ASESORA: Pando Fernández Liliana Cecilia

Tipo de documento de identidad: DNI

Número de documento: 10345052

### **Datos del jurado**

JURADO 1: RODRIGUEZ MICHUY ALCIDES ISMAEL. DNI 07951127. ORCID 0000-0003-1067-7253

JURADO 2: CÓRDOVA CADILLO ALBERTO. DNI 08458178. ORCID 0000-0002-8221-3960

JURADO 3: ESPÍRITU SALINAS NATIVIDAD MARINA. DNI 09136467. ORCID 0000-0001-6621-4405

JURADO 4: PANDO FERNÁNDEZ LILIANA CECILIA. DNI 10345052. ORCID 0000-0001-5318-4059

### **Datos de la investigación**

Campo del conocimiento OCDE: 5.01.00

Código del Programa: 313016



## **DEDICATORIA**

A mi familia, quienes me brindaron su apoyo incondicional.

## **AGRADECIMIENTO**

A aquellas personas que me brindaron su apoyo en el proceso de desarrollo de la presente investigación.

A mi asesora, la Dra. Liliana Pando Fernández, por su orientación y motivación para culminar la tesis.

A los docentes de pregrado, especialmente al Dr. William Torres, quien con su conocimiento y disposición me brindó su apoyo.

A los estudiantes universitarios que formaron parte importante y colaboraron en la investigación.



## INTRODUCCIÓN

El virus SARS-CoV-2 desencadenó una pandemia de Covid-19, que fue declarada por la Organización Mundial de la Salud en marzo del 2020, y por lo cual se tomaron medidas de restricción y de distanciamiento social con la finalidad de preservar la salud y evitar el contagio. Estas medidas trajeron consigo consecuencias que afectaron la forma en cómo las personas desarrollaban sus actividades en diversas áreas de su vida. Dentro de los cambios más trascendentales se encuentra el impacto generado en la educación, especialmente en la educación superior, ya que se adaptaron los planes de estudios de la modalidad de enseñanza tradicional a la virtual o la denominada enseñanza a distancia, con la intención de que los estudiantes puedan cumplir con los objetivos académicos planteados por los centros educativos. Este cambio llevó a que los estudiantes tengan dificultades para adaptarse y autorregularse adecuadamente a las nuevas exigencias que demanda el nuevo entorno en línea, situación que ha conllevado a que los estudiantes dilaten las actividades académicas de manera voluntaria, cayendo en la conducta de procrastinación académica y lo que ha desencadenado que esta población experimente emociones negativas como la ansiedad.

Referente a la ansiedad, esta se manifiesta ante situaciones que son percibidas como amenazantes por las personas, por la cual es una variable que no ha estado ajena al contexto actual de la pandemia, debido a su gran impacto sobre la salud psicológica de los estudiantes, quienes han presentado niveles elevados de angustia, temor y de incertidumbre por su futuro profesional.

Considerando ambas problemáticas, la presente investigación se refiere al estudio de la relación de la procrastinación académica y la ansiedad en la enseñanza virtual en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, la cual se desarrolla en diferentes capítulos.

Es así que, en el primer capítulo, se expone el problema de investigación junto con los objetivos general y específicos, además de la importancia, la justificación y las limitaciones del presente estudio.

Respecto al segundo capítulo, se desarrolla el marco teórico y se hacen alusiones a las investigaciones recientes sobre la relación entre la procrastinación académica y la ansiedad, asimismo se plantean las bases teóricas científicas.

En el tercer capítulo se exponen los supuestos científicos que van precedidas por las hipótesis tanto general como específicas, además se presentan las variables a estudiar.

En relación al cuarto capítulo, se describe la metodología de investigación, se incluyen los participantes, se presenta el tipo y diseño de estudio que en esta investigación corresponde al tipo básico y al diseño descriptivo correlacional. Asimismo, se muestran los instrumentos de medición y las técnicas de procesamiento de datos.

Referente al quinto capítulo, se presentan de los datos recogidos mediante las tablas, así como el análisis del contenido de las tablas de acuerdo al marco teórico y se discuten los resultados correspondientes.

Por otro lado, en el sexto capítulo, se presentan las conclusiones tanto general como específicas, las cuales facultan que se realicen las recomendaciones correspondientes. Además, se agrega el resumen realizado en el idioma español e inglés.

Finalmente se presentan el listado de las referencias ajustado a las exigencias del formato APA y los anexos que complementan la información presentada en esta investigación.

## ÍNDICE

<b>INTRODUCCIÓN</b>	<b>7</b>
<b>CAPÍTULO I: Planteamiento del Estudio</b>	<b>13</b>
1.1 Formulación del problema	13
1.2 Objetivos	15
1.2.1 General	15
1.2.2 Específicos	15
1.3 Importancia y justificación del estudio	15
1.4 Limitaciones del estudio	17
<b>CAPÍTULO II: Marco Teórico</b>	<b>18</b>
2.1 Marco histórico	18
2.1.1 Procrastinación Académica	18
2.1.1 Ansiedad	19
2.2 Investigaciones relacionadas con el tema	20
2.2.1 Investigaciones Internacionales	20
2.2.2 Investigaciones Nacionales	22
2.3 Bases teórico-científicas del estudio	27
2.3.1 Procrastinación Académica	27
2.3.2 Ansiedad	33
2.4 Definición de términos básicos	36
<b>CAPÍTULO III: Hipótesis y variables</b>	<b>37</b>
3.1 Supuestos científicos	37
3.2 Hipótesis	37
3.2.1 General	37
3.2.2 Específicas	37

3.3 Variables de estudio o áreas de análisis	38
<b>CAPÍTULO IV: Método</b>	<b>39</b>
4.1 Población, muestra o participantes	39
4.1.1 Criterio de Inclusión	39
4.1.2 Criterio de Exclusión	40
4.2 Tipo y diseño de investigación	40
4.3 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	41
4.4 Procedimiento y técnicas de procesamiento de datos	45
<b>CAPÍTULO V: Resultados</b>	<b>46</b>
5.1 Presentación de datos	46
5.2 Análisis de datos	48
5.2.1 Estadística Descriptiva	48
5.2.2 Análisis de distribución normal	50
5.2.3 Estadísticos inferenciales	51
5.3 Análisis y discusión de resultados	54
<b>CAPÍTULO VI: Conclusiones y recomendaciones</b>	<b>60</b>
6.1 Conclusiones generales y específicas	60
6.2 Recomendaciones	61
6.3 Resumen. Términos clave	61
6.4 Abstract. Key words	62
<b>Referencias</b>	<b>63</b>
<b>Anexos</b>	<b>69</b>
• Material complementario	69
• Formato de consentimiento informado	69

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.	46
Distribución porcentual de las variables sociodemográficas de la muestra de estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana (N=128).	
Tabla 2.	46
Distribución de frecuencias y porcentajes de la procrastinación académica y sus dimensiones	
Tabla 3.	47
Distribución de frecuencias y porcentajes de ansiedad rasgo y ansiedad estado	
Tabla 4.	47
Estadísticos descriptivos del puntaje total de procrastinación académica y sus dimensiones	
Tabla 5.	48
Estadísticos descriptivos de los puntajes totales de ansiedad rasgo y ansiedad estado	
Tabla 6.	48
Nivel de procrastinación académica en función al género	
Tabla 7.	49
Nivel de ansiedad en función al género	
Tabla 8.	49
Prueba de Kolmogorov-Smirnov para el puntaje total de procrastinación académica y sus dimensiones	
Tabla 9.	50
Prueba de Kolmogorov-Smirnov para los puntajes totales de Ansiedad Estado y Ansiedad Rasgo	50
Tabla 10.	50
Correlación de Pearson entre el puntaje total de Procrastinación Académica y Ansiedad Rasgo	
Tabla 11.	51
Correlación entre el puntaje total de Procrastinación Académica y Ansiedad Estado mediante el coeficiente Rho de Spearman	
Tabla 12.	51
Correlación entre la dimensión Autorregulación Académica y Ansiedad Rasgo mediante el coeficiente Rho de Spearman	
Tabla 13.	52

Correlación entre la dimensión Autorregulación Académica y Ansiedad Estado  
mediante el coeficiente Rho de Spearman

Tabla 14. 52

Correlación entre la dimensión Postergación de Actividades y Ansiedad Rasgo  
mediante el coeficiente Rho de Spearman

Tabla 15. 53

Correlación entre la dimensión Postergación de Actividades y Ansiedad Estado  
mediante el coeficiente Rho de Spearman

# CAPÍTULO I

## Planteamiento del estudio

### 1.1 Formulación del problema

Una de las mayores dificultades con las que lidian los estudiantes durante la vida universitaria es realizar y culminar actividades académicas dentro de una fecha límite, al igual que manejar las consecuencias emocionales que produce el aplazamiento de dichos deberes.

Para Morales y Chávez (2017) la incorporación a la etapa universitaria requiere tener un sinnúmero de destrezas y medios personales con el propósito de afrontar los desafíos de un nuevo nivel de educación. Además, mencionan que el tránsito a la universidad supone para los estudiantes grandes cambios en el estilo de vida, ya que existen mayores exigencias, se pone a prueba la capacidad para controlar el estrés y se ven afectadas las creencias de lograr determinadas acciones u objetivos.

Durante el proceso de adaptación la primera problemática que surge es la amplia actividad y carga académica (Figuera y Torrado, 2012; Sierra y Parrilla, 2015, citado por Duche, Paredes, Gutiérrez y Carcausto, 2020), como trabajos, exámenes, exposiciones y evaluaciones que deben ser entregados en un lapso de tiempo establecido, los cuales en muchas situaciones tienden a ser postergados o aplazados voluntariamente por los estudiantes, lo que impide que se realicen de manera inmediata y ocasiona problemas de carácter tanto personal como académico (Domínguez, Villegas y Centeno, 2014), incurriendo en un patrón comportamental denominado procrastinación académica.

La procrastinación académica, de acuerdo a Solomon y Rothblum (Domínguez, 2017), hace referencia al hecho de aplazar intencional e innecesariamente la ejecución de deberes que conlleva a experimentar malestar subjetivo. Para Pardo, Perilla y Salinas (2016) la procrastinación es una conducta que generalmente se encuentra presente en el

ámbito universitario, el cual puede influir negativamente en las interacciones sociales del individuo, debido a la presencia de un conjunto de ideas de desamparo e ineficiencia, puesto que dificultan el logro y desarrollo de las actividades académicas. Esta inclinación de aplazar frecuente u ocasionalmente una actividad académica, se relaciona a una sensación de ansiedad, al igual que una baja capacidad de confianza para alcanzar objetivos, una elevada ansiedad frente a exámenes y estrés ante la próxima presentación de trabajos retrasados (Bui, 2007, Rothblum, Solomon y Murakami, 1986; Klassen y Kuzucu, 2009; Schouwenburg, 2004; Williams, Stark y Frost, 2008; Quant y Sánchez, 2012, como se citó en Dominguez, Villegas y Centeno, 2014).

Desde su punto de vista, Alegre y Benavente (citado en Estrada y Mamami, 2020) señalan que la dilatación de deberes académicos no solo implica el incumplir los trabajos o los objetivos académicos, sino también la tendencia de alcanzarlos bajo niveles altos de estrés y ansiedad. En ese sentido Pardo, Perilla y Salinas (citado por Estrada y Mamami, 2020) mencionan que la postergación de actividades ocasionará tensión en el ámbito emocional debido a los sentimientos de culpa y emociones relacionadas con la alta prevalencia de ansiedad que se genera.

Sumado a ello, la enseñanza virtual implementada durante el contexto de la pandemia por Covid-19 ha ocasionado cambios radicales en el ámbito educativo, debido a que los estudiantes tuvieron dificultades para adaptarse a nuevas plataformas digitales para acceder a clases, trabajar de manera grupal con sus compañeros, focalizar su atención a la explicación del docente frente a la pantalla, entre otros, lo que ha generado en muchas ocasiones que los estudiantes experimenten ansiedad. Con respecto a ello Melgaard et al. (2022) mencionan que las exigencias de autorregulación en la educación en línea son mayores, ya que existe un entorno más flexible, lo que aumenta la inclinación a la

procrastinación académica en contraste con el aprendizaje presencial (Yilmaz, citado por Rahdadella y Latifah, 2020).

En base a lo expuesto, considerando la problemática de la procrastinación académica y la ansiedad, el presente estudio en cuestión plantea el siguiente problema:

¿Existe relación entre la procrastinación académica y la ansiedad en la enseñanza virtual en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana?

## 1.2 Objetivos

### 1.2.1 General

Conocer la relación entre la procrastinación académica y la ansiedad en la enseñanza virtual en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana.

### 1.2.2 Específicos

Establecer la relación entre la autorregulación académica y la ansiedad rasgo en la enseñanza virtual en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana.

Establecer la relación entre la autorregulación y la ansiedad estado en la enseñanza virtual en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana.

Establecer la relación entre la postergación de actividades y la ansiedad rasgo en la enseñanza virtual en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana.

Establecer la relación entre la postergación de actividades y la ansiedad estado en la enseñanza virtual en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana.

## 1.3 Importancia y justificación del estudio

La procrastinación es una variable cada vez más estudiada dentro del ámbito educativo, especialmente en la educación superior, debido a que las consecuencias negativas como falta de motivación, bajo rendimiento académico, emociones desagradables relacionadas al fracaso, malestar, culpa e incluso el desarrollo de cuadros de ansiedad pueden afectar la formación académica tanto a mediano como a largo plazo del estudiante.

Si bien las variables de procrastinación académica y ansiedad han sido objeto de estudio en diversas investigaciones sobre universitarios tanto a nivel internacional como nacional, son pocos los estudios que se han realizado en la enseñanza en línea durante el contexto de la pandemia por Covid-19. En el territorio peruano, en la ciudad de Chiclayo, se llevó a cabo una investigación donde se ha relacionado ambas variables con esta modalidad de enseñanza en universitarios durante pandemia; sin embargo, actualmente no existen estudios que vinculen estas variables en el alumnado de educación superior universitaria de Lima Metropolitana, cuya realidad social se caracteriza por las creencias, tradiciones, culturas, educación y economía de los propios habitantes, razón por la cual radica la importancia y justificación de este estudio.

Por otro lado, para la presente investigación se escogió una población constituida por jóvenes universitarios, ya que la prevalencia de procrastinación académica en estudiantes universitarios es alta (Steel, 2007, p.65), además de ser el segundo grupo etario que mayor ansiedad ha presentado durante la pandemia según Yuri Cutipé, quien es director de Salud Mental del Minsa (Vílchez, 2022). En ese sentido, el aporte a nivel teórico es ampliar el conocimiento sobre la relación de dichas variables en esta población durante la enseñanza virtual.

Asimismo, la contribución de los hallazgos a nivel práctico permitirá diseñar e implementar programas de intervención, ya sean virtuales o presenciales, que estén

orientados a brindar estrategias tanto a nivel pedagógico como psicológico con la finalidad de que los estudiantes puedan regular y manejar las conductas procrastinadoras y la ansiedad.

#### 1.4 Limitaciones del estudio

Una de las limitaciones del presente trabajo será la generalización de los resultados, en el sentido de que se aplicarán solamente a participantes con características parecidas o semejantes a la muestra estudiada, es decir, estudiantes de educación superior universitaria de la escuela profesional de psicología que pertenezcan a universidades privadas de la ciudad de Lima.

Otra limitación es la referida a la pérdida de información, debido a que el formato Google Forms que se utilizó para la recolección de datos facilitó que algunas personas se retiren y no completen el formulario en base al consentimiento informado, además del sesgo en la veracidad de respuestas.

Por otra parte, también se encuentra la desigualdad en cuanto al género, ya que se reportó una elevada proporción de estudiantes mujeres.

Por último, la información literaria en cuanto a las variables objetos de estudio relacionados al aprendizaje virtual durante el contexto de la pandemia por Covid-19 era reducida.

## CAPÍTULO II

### Marco Teórico

#### 2.1 Marco histórico

##### 2.1.1 Procrastinación Académica

El término procrastinación fue acuñado por primera vez por Brown y Oltman en 1967 (Fajhriani, 2020), las raíces de este término provienen del inglés “procrastinate”, que deriva de la combinación del adverbio “pro” que significa “hacia adelante” y la terminación “cras” o “crastinus” que connota “para mañana”, cuyo significado en su totalidad hace referencia a aplazar de manera intencionada y habitual algo que tendría ser realizado (Schouwenburg, como se citó en Angarita, 2012).

Dentro del contexto histórico, alrededor de 1790 a.C., Hammurabi, rey de Babilonia, tomó en cuenta la procrastinación dentro de sus leyes estableciendo un plazo determinado para presentar quejas, reconociendo que las demoras eran perjudiciales y tenían que ser contrarrestadas (Angarita, 2012), esta consigna puede ser relacionada con el siguiente dicho turco: “¡no dejes para mañana lo que puedes hacer hoy!” (Akkaya, 2007, como se citó en Angarita, 2012).

Asimismo, se datan registros que el año 800 a. C., Hesíodo expresaba el vínculo que existe entre la ruina con el postergamiento del trabajo y los deberes en sus poemas. (Angarita, 2012). Aproximadamente 400 años después Tucídides, un prestigioso historiador y militar ateniense, “resaltó que la procrastinación era el más criticable rasgo del carácter que podía tener alguno” (Angarita, 2012, p. 87). de los soldados. Mientras que, en la historia grecorromana, en el año 44 a.C., Cicerón, quien era cónsul de Roma, refería que la procrastinación y el enlentecimiento de eran las características más detestables de los habitantes de una ciudad (Angarita, 2012).

Para el siglo XVII, Anthony Walker, reverendo de aquella época, consideraba que la procrastinación para los más doctos y fervorosos era tomado como algo “merecedor de repudio y contra lo que se tenía que luchar” (Steel, 2007, como se citó en Angarita, 2012, p. 87).

Décadas posteriores, según refiere Steel (2007) la primera investigación histórica de la procrastinación fue realizado en 1992 por Milgram, quien mencionó que las sociedades avanzadas demandaban numerosos compromisos que tenían que llevar a cabo en periodos de corta duración de tiempo, circunstancia que da lugar a la procrastinación. De igual manera, Ferrari, Johnson y McCown sostienen que la procrastinación ha existido en el transcurso de la historia, pero que adquirió connotaciones negativas con la aparición de la revolución industrial. Sin embargo, anteriormente a este acontecimiento se consideraba neutral y como una sabia forma de inacción (Kachgal, 2001; citado por Steel, 2007). Es entonces que a partir de la Revolución Industrial el término procrastinación es considerado como un fenómeno común en las sociedades industriales que puede estar incrementando, por lo cual es considerado como un mal moderno (Steel, 2007).

### 2.1.1 Ansiedad

El vocablo ansiedad surge del latín *anxiētas*, deriva del sustantivo latino *angor* y del verbo correspondiente *ango*, palabras que proceden de una raíz indoeuropea que ha dado lugar a *Angst* en el alemán moderno (Croacq, 2015), el cual fue incorporado por Freud en 1894 y cuya traducción generó imprecisión terminológica entre ansiedad y angustia, ya que ambas palabras comparten raíz etimológica (Díaz y De la Iglesia, 2019). En francés, así como en otras lenguas romances, *anxiété* (ansiedad; del latín *anxiētas*) a menudo se diferencia de *angoisse* (angustia; del latín *angŭstĭa*), términos que pueden ser considerados más o menos sinónimos por algunos autores, la diferencia radica en que la

ansiedad tiene connotación de preocupación psicológica, mientras que la angustia implica una sensación somática de constricción (Croacq, 2015).

En la antigüedad clásica, Cicerón, quien era filósofo estoico, escribió las Disputaciones Tusculanas, donde menciona que la ansiedad, la preocupación y la aflicción se llaman trastornos, debido a la analogía entre una mente perturbada y un cuerpo enfermo, donde además define la ansiedad como una enfermedad médica. Asimismo, Cicerón hace una distinción entre *anxietas* que designa la ansiedad rasgo o el hecho de ser propenso a la ansiedad, y *angor* que se refiere a la ansiedad de estado o ansiedad actual. Esto antecede los trabajos realizados por Cattell y Schleier, a quienes a menudo se les atribuye haber introducido los términos "estado" y "rasgo" ansiedad (Croacq, 2015).

Avanzando en el tiempo, según Croacq (2015) en la medicina moderna, Emil Kraepelin, quien era psiquiatra alemán, describe la ansiedad como la asociación de la tensión interna con una especie de anhedonia, que implica tanto el cuerpo como el estado mental. Dentro de sus principales contribuciones se encuentra el hecho que describió la posible presencia de una ansiedad significativa en la enfermedad maníaco-depresiva, anticipando la presencia de la angustia ansiosa en los trastornos bipolares que aparece en el DSM-5.

## 2.2 Investigaciones relacionadas con el tema

### 2.2.1 Investigaciones Internacionales

Luego de revisar artículos y documentos en la vía web, se encontró una investigación realizada en Ecuador por Altamirano y Rodríguez (2021) cuyo propósito fue “establecer la relación entre la procrastinación académica y la ansiedad en estudiantes de psicología clínica de la Universidad Técnica de Ambato” (p. 16), para lo cual utilizaron la “Escala de Procrastinación Académica de Busko” y la “Escala de valoración para la

Ansiedad de Hamilton”. Dentro de los resultados se indica que entre ambas variables estudiadas se encuentran positiva y significativamente relacionadas ( $r=0.309$ ,  $p=0.029$ ), además se muestra que el 52% y el 48% de los universitarios se localizan en el nivel promedio respecto a la dimensión postergación de actividades y la dimensión autorregulación de actividades respectivamente. Por otro lado, la ansiedad se presenta en un nivel leve en el 54%, donde además existe diferencias estadísticamente significativas en función al sexo ( $p=0.012$ ), ya que se muestra que la incidencia de ansiedad es mayor en mujeres.

Por otra parte, Pardo, Perilla y Salinas (2016) efectuaron un análisis en Colombia orientado principalmente a “describir la relación entre la procrastinación académica y ansiedad rasgo y la influencia de las variables sociodemográficas” (p. 31), en 100 estudiantes de psicología. Utilizando la “Escala de Procrastinación Académica (EPA)” y el “Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE)”. Las conclusiones de los resultados indican que se encontró una relación positiva y significativa ( $r=0.239$ ,  $p=0.24 < 0.05$ ) en ambas variables; no obstante, no existen diferencias estadísticamente significativas entre la procrastinación académica y las variables sociodemográficas.

Basith, Rahman y Moseki (2021) realizaron una investigación cuyo objetivo consiste en explicar los niveles de procrastinación académica de alumnos en el aprendizaje en línea durante la pandemia de Covid-19, así como “analizar las diferencias en la procrastinación académica entre los estudiantes universitarios y analizar la relación entre la procrastinación académica y el rendimiento académico” (p. 112), en una muestra de 352 universitarios de Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan Singkawang (STKIP). Dentro de los instrumentos empleados se encuentra “Academic Procrastination Scale (APS)” y “Great Point Academic (GPA)”. Los resultados señalan que los educandos se encuentran en niveles moderados de procrastinación académica, además se

muestra que el sexo masculino tiene mayores niveles de procrastinación académica en comparación con el sexo femenino y que la relación es negativa y significativa ( $p < 0.05$ ) entre la procrastinación académica y el rendimiento académico, lo que significa que esta última variable disminuirá si aumenta la procrastinación académica.

Por su parte Veytia-Bucheli y Sánchez-Macías (2021) realizó una investigación en México con el objetivo de identificar la relación entre el empleo del internet y la procrastinación académica en 279 educandos de dos universidades públicas mexicanas en durante la pandemia por Covid-19 empleando el instrumento “Internet y procrastinación académica en estudiantes universitarios durante la pandemia del COVID-19” mediante el diseño descriptivo, no experimental y transversal. Los resultados demuestran que las mujeres tienden a revisar con más frecuencia sus actividades antes de entregarlas, mientras que los hombres invierten más tiempo explorando otros sitios de internet y realizando otras actividades al momento de encontrarse en la plataforma.

En Ecuador, Sigüenza y Vílchez (2021) ejecutaron un estudio a fin de “establecer la relación entre el Covid-19 y la ansiedad en estudiantes universitarios de psicología y enfermería” (p. 4), para ello emplearon la “Escala de Ansiedad Manifiesta para universitarios (AMAS-C)”. Dentro de los resultados que se obtuvieron después de realizar el pre y post de ansiedad se aprecia un aumento de ansiedad debido a la presencia del Covid-19, cuyo efecto desencadena un malestar psicológico.

### 2.2.2 Investigaciones Nacionales

Mamami (2017) efectuó una investigación cuya finalidad consistió en “determinar la correlación entre la procrastinación académica y ansiedad-rasgo en alumnos universitarios pertenecientes al primer año de estudios de una universidad privada de Lima Metropolitana” (p. 19), donde empleó como instrumentos la “Escala de Procrastinación Académica” y el “Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE)” para

la medición de las variables. Las conclusiones de los datos obtenidos muestran que se presenta una correlación muy débil (0.068) entre ambas variables, esta relación también se presentó entre la ansiedad-rasgo y las dimensiones de la procrastinación académica, autorregulación académica (0.152) y postergación de actividades (0.158). Por otro lado, no se muestran diferencias significativas entre la dimensión postergación de actividades y las variables demográficas, de igual manera no se encontró diferencias significativas entre la dimensión la autorregulación académica y las variables demográficas, a excepción de la variable sexo, siendo las mujeres que mayor propensión tienen a mostrar niveles altos de autorregulación académica.

Estrada y Mamami (2020) efectuaron una investigación cuyo objetivo fue “determinar la relación que existe entre la procrastinación académica y la ansiedad en estudiantes de Educación de la Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios” (p. 326), dentro de las pruebas de evaluación que se utilizaron se encuentra la “Escala de Procrastinación Académica” y la “Escala de Autoevaluación de Ansiedad de Zung”. En los hallazgos se encontró una relación directa y significativa ( $r= 0.359$ ,  $p=0.000<0.05$ ) entre la procrastinación académica y la ansiedad, además señalan que el 48% del alumnado muestra elevados niveles de procrastinación académica, además el 39% experimentan niveles moderados de ansiedad.

Marquina-Luján, Horna y Huairé (2018) realizaron un estudio para “determinar la relación entre procrastinación académica y ansiedad en un grupo de estudiantes universitarios ingresantes de una universidad privada de Lima Metropolitana” (p.89), el cual estuvo constituido por 100 participantes y para lo cual utilizaron la “Escala de Procrastinación Académica (EPA)” y la “Escala de Autoevaluación de la ansiedad de Zung (EAA)”. Los hallazgos muestran que dichas variables muestran una correlación negativa ( $r=-.072$ ), además se encontró que los puntajes tanto de ansiedad como de

procrastinación académica se encuentran en un nivel moderado, donde la procrastinación académica tiende a presentarse con mayor prevalencia en varones, a pesar de que las mujeres presentan un puntaje más elevado en el nivel alto.

Gil-Tapia y Botello-Príncipe (2018) investigaron “la relación entre procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Ciencias de la Salud de una universidad privada de Lima Norte” (p. 89), constituida por un grupo de 290 colaboradores. Se aplicaron la “Escala de Procrastinación Académica (EPA)” y la “Escala de Autoevaluación de Ansiedad de Zung (EAA)” para evaluar las dos variables respectivamente. Dentro de los resultados se muestra que el 34.1% de los estudiantes presenta ansiedad en nivel mínimo a moderado, sumado a ello existen diferencias significativas entre la procrastinación académica con la variable sexo ( $p=0.02$ ), indicando que los varones tienen mayor tendencia de procrastinar a comparación de las mujeres, además se evidencia la relación significativa entre los niveles de ansiedad y la dimensión postergación de actividades ( $p=0.00$ ).

Torres (2021) elaboró un estudio a fin de “determinar la relación entre la procrastinación académica y ansiedad en estudiantes” (p. 17), conformada por 217 universitarios. Para medir las variables se utilizaron la “Escala de Procrastinación Académica (EPA)” y la “Escala de Autoevaluación de la Ansiedad de Zung (EAA)”. Los resultados indican que existe una correlación estadísticamente significativa y directa ( $p=.006$ ,  $r=.227$ ) entre las dos variables, de igual modo el 51.6% de la muestra objetivo tiene un nivel medio de procrastinación académica, mientras que en relación a la ansiedad mínima a moderada un 59%.

Ruiz (2021) ejecutó una investigación cuyo objetivo consiste en “determinar la relación entre las dimensiones de procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de psicología de una universidad privada de Chiclayo” (p. 8), para evaluar dichas variables

aplicó la “Escala de Procrastinación Académica” y el “Inventario de Ansiedad rasgo estado”. Dentro de los hallazgos se muestra que la existencia de una relación baja entre la ansiedad rasgo y las dimensiones de procrastinación académica: postergación de actividades ( $r=0.232$ ) y autorregulación académica ( $r=-0.246$ ). Por otro lado, la ansiedad estado no se vincula con la dimensión postergación de actividades ( $p>0,005$ ); sin embargo, se muestra una relación negativa débil con la dimensión autorregulación académica ( $r=-0,245$ ).

Mestanza (2019) se interesó por “determinar la relación entre la procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de una universidad privada de la ciudad de Trujillo” (p. 40), en un grupo de 172 colaboradores, utilizando como instrumentos la “Escala de Procrastinación Académica de Tuckman” y el “Inventario de Ansiedad Rasgo – Estado” para la medición de las variables. Los resultados evidencian la relación significativamente alta ( $p<.01$ ,  $r=0.40$ ) entre ambas variables, asimismo se muestra un grado de relación positiva entre la procrastinación académica con la ansiedad rasgo y la ansiedad estado.

García y Pérez (2018) elaboraron una investigación para “determinar la relación que existe entre procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de ingeniería industrial de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI” (p. 16). Aplicaron como instrumentos la “Escala de Procrastinación Académica (EPA)” y la “Escala Ansiedad Estado-Rasgo (STAI)”. Por otro lado, los hallazgos obtenidos muestran que la relación existente entre las dos variables es leve y significativa ( $r=0.386$ ,  $p=.000$ ), del mismo modo, se demuestra que la dimensión autorregulación presenta una relación significativa y leve con la ansiedad estado ( $p=.000$ ,  $r=0.356$ ) y ansiedad rasgo ( $p=.000$ ,  $r=0.323$ ), mientras que la dimensión aplazamiento muestra una relación significativa positiva y leve con la ansiedad rasgo ( $p=.000$ ,  $r=0.323$ ) y con la ansiedad estado una relación leve ( $r=0.139$ ) pero no significativa ( $p=.126$ ).

Guerra y Bobadilla (2021) efectuaron una investigación cuyo objetivo se basó en “determinar la relación que existe entre la procrastinación académica y la ansiedad en estudiantes de psicología de una universidad privada en el Cercado de Lima” (p. 9), el grupo estuvo constituido por 143 colaboradores, para ello aplicó la “Escala de Procrastinación Académica (EPA)” y el “Inventario de Ansiedad Rasgo – Estado (IDARE)”. Los datos obtenidos indican la presencia de una relación directa y significativa entre la procrastinación académica y la ansiedad rasgo ( $r=.235$ ,  $p=.005$ ), así como con la ansiedad estado ( $r=.230$ ,  $p=.006$ ). En lo que concierne a las dimensiones de la procrastinación académica se muestra que guarda una relación entre la postergación de actividades con la ansiedad rasgo ( $r=.185$ ,  $p=.027$ ); sin embargo, no existe relación con la ansiedad estado ( $p=.084$ ), mientras que la autorregulación académica guarda una relación negativa con la ansiedad rasgo ( $r=-.270$ ,  $p=.001$ ) y estado ( $r=-.259$ ,  $p=.002$ ).

Por su parte, Castillo (2019) se interesó en “determinar la relación entre la procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima Norte” (p.25). Aplicó como instrumentos la “Escala de Procrastinación Académica (EPA)” y el “Inventario de Ansiedad de Beck (BAI)”. Las conclusiones señalan que existe una relación positiva ( $r=.159$ ) y significativa ( $p=.032$ ) entre las variables mencionadas. Por otro lado, se observa que no hay presencia de una relación significativa ( $p=.129$ ) entre la postergación de actividades y la ansiedad manifiesta, mientras que se evidencia una relación significativa entre la autorregulación académica y la ansiedad manifiesta ( $p=.031$ ).

Oyanguren (2017) realizó un estudio con la intención de “determinar la relación que existe entre la procrastinación y la ansiedad rasgo en estudiantes universitarios de una universidad privada” (p. 11), utilizando como instrumentos de medición el “Inventario de Ansiedad Rasgo – Estado (IDARE)” y la “Escala de Procrastinación académica de

Solomon y Rothblum”. Los hallazgos obtenidos muestran que no hay presencia de una relación significativa entre procrastinación y ansiedad rasgo ( $p=.460$ ).

Castillo, Cabezas, Vera y Toledo (2021) analizaron la ansiedad al aprendizaje en línea en una muestra de universitarios constituida por 192 participantes, para ello emplearon el “Online Learning Strategies Scale”. Los resultados reportan que la ansiedad al aprendizaje en línea muestra mayores índices debido a actitudes negativas hacia la enseñanza mediante plataformas virtuales. Además, se aprecia que las mujeres obtuvieron mayor puntuación respecto a la ansiedad al aprendizaje en línea, ya que es posible que este género se haya visto más afectado por las consecuencias de la pandemia.

En Tarapoto, por su parte Carranza y Ramírez (2013) indagaron los niveles de procrastinación en 302 universitarios pertenecientes al rango de 16 y 25 años de edad, donde se empleó el “Cuestionario de la Procrastinación de Ramírez, Tello y Vásquez”. En los resultados se puede apreciar que las mujeres entre 16 a 20 años obtuvieron mayores niveles elevados de procrastinación, asimismo se muestra que las facultades de Ingeniería y Arquitectura presentan altos niveles de procrastinación académica.

## 2.3 Bases teórico-científicas del estudio

### 2.3.1 Procrastinación

#### 2.3.1.1 Definición

Ferrai y Tice (2007) hacen referencia que la procrastinación es una conducta caracterizada por aplazar de forma intencional la ejecución de labores que tienen que ser presentadas en un plazo específico (Ferrari & Tice, 2000; Riva, 2006; Steel, 2007; como se citó en Quant y Sánchez, 2012).

Por su parte, Balkis y Duru (2007) entienden la procrastinación a modo de que el sujeto elude el cumplimiento de sus obligaciones, como la ejecución de tareas o la toma

de decisiones apropiadas, a pesar de sus buenas intenciones de aplazarlo y de las consecuencias negativas, molestas e inevitables que sobrevienen (Angarita, 2012).

En el ámbito educativo, Rothblum et al. (1986) expresan que la procrastinación académica es la tendencia de posponer quehaceres académicos y la sensación de presentar niveles elevados de ansiedad producidos por esta postergación, que trae consigo consecuencias académicas como dificultad para escribir documentos, prepararse para exámenes y finalizar con lecturas otorgadas (Angarita, 2012).

#### 2.3.1.2 Enfoques Teóricos

##### **a) Enfoque Psicodinámico**

Baker propone que la procrastinación se genera por la sensación del miedo al fracaso causado por los vínculos familiares problemáticos, donde el papel de los progenitores ha favorecido el aumento de frustraciones y la disminución de la autoestima del infante (Rothblum, 1990, como se citó en Quant y Sánchez, 2012, p. 90).

Natividad (2014) señala que para Sommer la procrastinación era aquella conducta manifiesta que mostraba una rebelión latente contra las figuras parentales o de autoridad. De manera que en la relación maestro-alumno, los estudiantes procrastinarían como una manera de rebelarse contra su figura de autoridad. Desde este punto de vista, la procrastinación académica se considera como una transferencia inconsciente en las relaciones progenitores-hijos o maestros-estudiantes. Es por eso, que se resalta la importancia del rol de la familia en la formación de hábitos adecuados, especialmente el papel de las figuras parentales.

##### **b) Enfoque Motivacional**

En este modelo McClelland sostiene que la motivación de logro es una característica permanente, donde el sujeto realiza un conjunto de conductas que se dirigen a lograr éxito en cualquier circunstancia que lo amerite (Rothblum, 1990, citado en Quant

y Sánchez, 2012, p.47). El sujeto tiene la posibilidad de escoger dos posiciones: la primera es la confianza de lograr el triunfo, el cual se refiere al triunfo motivacional, y la segunda, que es optar el miedo al fracaso, que hace referencia a la motivación para eludir una situación que el individuo considere negativa. Es así que el logro se percibe como una variable que depende de diversos componentes, como por ejemplo la percepción sobre lo complicado de la tarea, las atribuciones que se hagan acerca del triunfo y el nivel de ansiedad que surge ante la percepción de tener pocas probabilidades de alcanzar el éxito. Cuando el temor al fracaso excede la percepción de tener victoria, los individuos prefieren realizar tareas en las que tienen el triunfo está asegurado, aplazando tareas que son percibidas como complicadas y en las que esperan el fracaso. (Rothblum, 1990, como se citó en Quant y Sánchez, 2012, p.47)

### **c) Enfoque Conductual**

Este enfoque es definido por Rothblum, Solomon y Murakami (1986) como la selección que los sujetos realizan hacia actividades que presentan consecuencias positivas en un tiempo corto y evitan aquellas actividades que implican consecuencias tardadas (Ferrari y Emmons, 1995; Riva, 2006; citado por Quant y Sánchez, 2012).

Por su lado, Solomon y Rothblum (1984) expresan que la procrastinación es la acción de aplazar de manera innecesaria una tarea, lo que genera que el individuo experimente malestar subjetivo, razón por la cual los sujetos muestran un patrón evitativo ante situaciones que involucran una mayor demanda de respuesta o donde perciben pocas probabilidades de conseguir un nivel adecuado de agrado con respecto a su desempeño (Bui, 2007; citado por Quant y Sánchez, 2012). Así también, Pittman, Tykocinski, SandmanKeinan y Mattherws (2008) mencionan que el papel que desempeña la procrastinación se relaciona con el interés hacia tareas ajenas a las establecidas que

favorecen la demostración conductas de evitación ante tareas que perciben como aversivas (Quant y Sánchez, 2012).

#### **d) Enfoque Cognitivo**

Este enfoque propone que “la procrastinación implica un procesamiento disfuncional de la información que involucra esquemas desajustados vinculados con la incapacidad y el miedo a la exclusión social” (Quant y Sánchez, 2012, p. 48). Asimismo, las personas que procrastinan regularmente piensan sobre su conducta de postergación, por lo que tienden a experimentar pensamientos obsesivos al momento que no llevar a cabo una tarea o cuando se aproxima la fecha de la entrega de un deber (Stainton, Lay & Flett, 2000; como se citó en Quant y Sánchez, 2012).

Stainton, Lay y Flett (2000) proponen que aquella persona que presenta indicadores de conductas de procrastinación y se responsabiliza a efectuar una determinada tarea, luego empieza a presentar pensamientos rumiativos vinculados con el avance de la actividad y con su falta de capacidad para planificarla o elaborarla, de manera que aparecen pensamientos automáticos negativos asociados con la poca confianza de lograr buenos resultados, el temor a la evaluación y la impresión del fracaso, generando que los individuos prefieran aplazar o desistir la tarea (Quant y Sánchez, 2012).

#### **e) Enfoque Cognitivo Conductual**

El presente enfoque plantea que las emociones y conductas de los individuos se dan en función a sus pensamientos, percepciones y creencias sobre sí mismos, del mundo y el futuro, ya sean estos racionales y adaptativas o no. Es por esto, que priorizan los procesos cognitivos disfuncionales en el desarrollo y conservación de las emociones no saludables y conductas disfuncionales. De igual manera, se sostiene que la interpretación que realiza la persona sobre una determinada situación, más que el acontecimiento en sí, desencadena conductas y emociones. Por su parte, Ellis y Knaus (1997) señalan en su

libro *Overcoming Procrastination* que la procrastinación es producida por el sistema de pensamientos irracionales de cada persona, los cuales originan que equiparen su percepción de autoevaluación con su desempeño. Asimismo, describen la procrastinación como la postergación de una actividad que se había planteado llevar a cabo, además de ello, señalan que el procrastinador tiende a seguir los siguientes once pasos (Natividad, 2014):

- 1) Desea hacer la tarea porque comprende que los resultados serán favorables, a pesar de llamarle la atención.
- 2) Elige realizarla.
- 3) La aplaza innecesariamente.
- 4) Analiza los inconvenientes de la postergación.
- 5) Sigue aplazando la actividad que había se había propuesto hacer.
- 6) Se reprende a sí mismo por posponer la actividad (o se justifica analizando de manera racional o alejando la tarea de su mente)
- 7) Sigue postergando.
- 8) Concluye la actividad cerca a la fecha de entrega.
- 9) Se siente enojado y se culpa a sí mismo por aplazar innecesariamente.
- 10) Se promete a sí mismo con seguridad que no procrastinará en un futuro.
- 11) Posteriormente, cuando se le presenta una actividad nueva que requiere complejidad y tiempo, vuelve a postergar.

Este comportamiento finaliza con las elecciones autolimitantes que los procrastinadores realizan y los pensamientos generados de tipo autocrítica y negativos referentes a sí mismos que favorecen estados de ansiedad, depresión, falta de confianza en sí mismo, sentimientos de ineficacia y, por consiguiente, más dilatación (Natividad, 2014).

Asimismo, Ellis y Knaus (1997; citado por Natividad, 2014) mencionan que la procrastinación es el desenlace de tres causas, las cuales son expresiones características de un pensamiento distorsionado sobre uno mismo, otras personas y del mundo. Estas causas son las siguientes:

- a) Autolimitaciones: Es aquella desvalorización que la persona tiene de sí misma mediante pensamientos de autocrítica y autoafirmaciones desfavorables, debido a sus comportamientos de procrastinación del pasado y del presente que favorecen el aplazamiento y los sentimientos de ansiedad y depresión. Asimismo, el perfeccionismo que la persona pretende alcanzar en las actividades puede generar que evite llevarlas a cabo y busque excusas para no realizarlas.
- b) Intolerancia a la frustración: Falta de capacidad para tolerar inconvenientes o situaciones desagradables. Se manifiesta cuando la persona se percata que para lograr sus objetivos, se necesita un mayor esfuerzo y trabajo así como afrontar el sufrimiento que implica, lo cual puede ser insoportable desde el punto de vista del sujeto, por lo que prefiere dilatar las tareas bajo este tipo de pensamiento autolimitante.
- c) Hostilidad: Manifestación de una emoción producida por un reclamo irrazonable hacia aquellas personas vinculadas con la actividad postergada. Es así que, las personas tienden a postergar las actividades como forma de expresar indirectamente su enojo a los sujetos relacionados a esas actividades.

#### 2.3.1.3 Tipo de procrastinadores

Hsin Chun Chu y Nam (2005) diferencian dos tipos de procrastinadores:

-Procrastinadores pasivos: Se caracterizan por ser personas que están paralizadas por su indecisión de actuar y por no concluir las tareas otorgadas a tiempo.

-Procrastinadores activos: Son aquellas personas que optan por desempeñarse bajo presión y tomar decisiones deliberadas para aplazar las cosas.

## 2.3.2 Ansiedad

### 2.3.2.1 Definición

La ansiedad se puede definir desde diferentes perspectivas dentro de la literatura académica, tal y como Spielberger lo hizo, quien lo define como un estado anímico desfavorable que se identifica por la aparición de manifestaciones físicas de tensión y suspicacia ante el futuro, que implica sentimientos, comportamientos y reacciones de naturaleza psicológica (Ries, Castañeda, Campos y Del Castillo, 2012, como se citó en Mestanza, 2019). Asimismo, Spielberger diferenció a la ansiedad en dos aspectos, ansiedad como rasgo de la personalidad, y la ansiedad estado como respuesta emocional (Mamami, 2017).

Para Clark y Beck la ansiedad es un sistema que comprende respuestas a nivel conductual, fisiológico, emocional y cognoscitivo, el cual se activa al momento de preludear eventos que son considerados como inadvertidos y poco manejables, que podrían representar un peligro para los intereses fundamentales del sujeto (Díaz y De la Iglesia, 2019).

### 2.3.2.2 Teorías

#### a) Teoría Interactiva

Los orígenes de esta teoría comienzan con los teóricos Endler, Magnusson y Bowers, quienes aportaron con una explicación sobre la ansiedad, que se sustenta en la relación entre el rasgo y la situación, por lo cual la ansiedad se explica desde las características situacionales y las variables propias de cada persona, de manera que, no será posible que la conducta del sujeto sea explicado por otras independientemente (Endier & Hunt, 1966 y 1969; Bowers, 1973; Endier & Magnusson, 1976; Espada, 1995;

como se citó en Morales, 2018). Desde el mismo punto de vista, Mischel en 1997, manifestó que el comportamiento humano se muestra debido a la relación entre los factores persona-situación, por lo que enfocarse únicamente en uno, produciría generalizaciones equivocadas y restringidas (Mischel, 1979; Espada, 1995; como se citó en Morales, 2018).

### **b) Teoría de la Ansiedad Estado-Rasgo**

Esta teoría fue planteada por Spielberger, que estimó que antes de alcanzar a realizar una definición concreta sobre la ansiedad, previamente se tiene que hacer una diferenciación de una ansiedad como rasgo de personalidad y como condición emocional, razón por la que se planteó la Teoría de la Ansiedad Estado-Rasgo (Cruz, 2017, como se citó en Morales, 2018).

Para Spielberger, la ansiedad-estado hace referencia a una condición emocional temporal que puede variar en intensidad y duración a través del tiempo, el cual se experimenta ante eventos que son percibidos como peligrosos, asimismo se caracteriza por nerviosismo, manifestaciones físicas de tensión, desconfianza, pensamientos desagradables, preocupaciones y cambios fisiológicos. Respecto a la ansiedad-rasgo, esta es considerada una ansiedad relativamente estable y hace referencia a la disposición o tendencia de cada persona para reaccionar de manera ávida a acontecimientos que interpretan como amenazantes o peligrosos. Los individuos que califiquen mayores niveles de ansiedad-rasgo tienden a responder a una mayor cantidad de situaciones consideradas como peligrosas, por lo que presentan mayor probabilidad de presentar ansiedad-estado con una mayor frecuencia e intensidad (Cruz, 2017; citado por Morales, 2018). Mientras que la presencia de niveles elevados de ansiedad-estado se entienden como eventos desagradables, lo que hace factible que los sujetos desarrollen estrategias de afrontamiento (Mamami, 2017).

### **c) Teoría Tridimensional de la Ansiedad**

Esta teoría la propuso Peter Lang en 1968, quien se basó en las observaciones realizadas en los procedimientos terapéuticos sobre ansiedad fóbica para poder plantear el triple sistema de respuesta sobre la ansiedad que consta de los tres componentes a continuación, las cuales se vinculan entre sí permitiendo comprender cómo se ha desarrollado la ansiedad (Ramírez, 2016).

-Cognitivo: Sentimiento de miedo y una sensación de peligro, donde el sujeto es incapaz de identificar amenazas objetivas que expliquen el origen de los sentimientos que percibe (Morales, 2018).

-Fisiológico: Se manifiesta con cambios fisiológicos como molestias orgánicas con molestias físicas. Además, se muestra un aumento de la actividad del Sistema Nervioso Vegetativo, Sistema Nervioso Somático y el Sistema Nervioso Central, produciendo incremento en la actividad cardiovascular (Morales, 2018).

-Motor: Se expresa mediante acciones de huida o paralización frente a situaciones específicas, de igual manera se puede exteriorizar mediante inquietud motriz (Morales, 2018).

Ramírez (2016) refiere que, respecto a la evaluación diagnóstica, esta se tiene que fundamentarse con los tres sistemas de respuesta, sin basarse únicamente en los reportes orales derivados de las entrevistas. El tratamiento adecuado a escoger tiene que ser congruente con el tipo de respuesta dominante, es decir, si la ansiedad se manifiesta a nivel fisiológico el tratamiento fisiológico puede ser la relajación muscular y la desensibilización sistemática, mientras si es a nivel motor el tratamiento conductual puede ser un entrenamiento en habilidades sociales, y si es a nivel subjetivo en el tratamiento cognitivo se pueden usar técnicas como la reestructuración cognitiva o autoinstrucciones.

## 2.4 Definición de términos básicos

### 2.4.1 Procrastinación Académica

Según Onwuegbuzie es aquel “comportamiento disfuncional caracterizado por evitar; hacer promesas de hacer más tarde; excusar o justificar retrasos y evitar la culpa cuando el sujeto se encuentra frente a una tarea académica” (Quant y Sánchez, 2012).

### 2.4.2 Ansiedad

Spielberger define la ansiedad como aquella “reacción emocional que consiste en las sensaciones subjetivas de tensión, temor, nerviosismo y preocupación, incluyendo una elevada actividad del sistema nervioso autónomo” (Ramírez, 2016).

## **CAPÍTULO III**

### **Hipótesis y variables**

#### **3.1 Supuestos científicos**

La presente investigación, se basa en la teoría Ellis y Knaus (1997), cuyo enfoque cognitivo conductual explica que la procrastinación es producto de pensamientos distorsionados acerca de uno mismo, dentro de los cuales las creencias de devaluación como la autocrítica y autoafirmaciones desfavorables sobre sí mismo suscita que la persona tienda a postergar más y presente sintomatología ansiosa y depresiva.

En esa misma línea, autores como Stainton, Lay y Flett (2000) mencionan que los procrastinadores presentan indicadores que se vinculan con los síntomas depresivos y ansiosos, asimismo refieren que las personas con conductas procrastinatoras regularmente tienen pensamientos negativos referente a sí mismos y a su capacidad de llevar a cabo tareas adecuadamente (Quant y Sánchez, 2012).

De igual manera, la investigación se fundamenta con la Teoría de la Ansiedad Estado-Rasgo, propuesta por Spielberger, la cual hace referencia que la ansiedad es una respuesta afectiva desagradable causada por la valoración cognitiva de peligro o amenaza que hace la persona a los estímulos externos e internos.

#### **3.2 Hipótesis**

##### **3.2.1 General**

H<sub>1</sub>: Existe relación significativa entre la procrastinación académica y la ansiedad en la enseñanza virtual en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana.

##### **3.2.2 Específicas**

H<sub>1.1.</sub>: Existe relación significativa entre la autorregulación académica y la ansiedad rasgo en la enseñanza virtual en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana.

H<sub>1.2.</sub>: Existe relación significativa entre la autorregulación académica y la ansiedad estado en la enseñanza virtual en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana.

H<sub>1.3.</sub>: Existe relación significativa entre la postergación de actividades y la ansiedad rasgo en la enseñanza virtual en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana.

H<sub>1.4.</sub>: Existe relación significativa entre la postergación de actividades y la ansiedad estado en la enseñanza virtual en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana.

### 3.3 Variables de estudio o áreas de análisis

Procrastinación académica

Ansiedad

## CAPÍTULO IV

### Método

#### 4.1 Población, muestra o participantes

Para esta investigación la población se encuentra compuesta por un total de 704 estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, tomando en cuenta a los estudiantes registrados en el semestre académico 2022-I, considerando la definición de Sánchez, Reyes y Mejía (2018), quienes refieren la población como aquel conjunto donde la totalidad de elementos o casos comparten características similares o un criterio.

Por otro lado, para determinar la muestra se utilizó el programa estadístico G\*Power versión 3.1.9.7 de Buchner, Erdfelder, Faul y Lang (2019) a través del análisis a priori. Para el cálculo, se consideró realizar un análisis de correlación bivariada normal de dos colas, con un tamaño del efecto de .31, reportado por Altamirano y Rodríguez. (2021), quienes investigaron la relación entre ambas variables a estudiar en el presente análisis, y cuya estimación se encuentra por encima del tamaño mínimo de .20 señalado por Cohen (Cárdenas y Arancibia, 2014). Además, se utilizó una potencia esperada de .95 y un nivel de significación de .05, el cual es considerado el valor mínimo para poder generalizar los resultados (Field, 2009, citado por Bio, 2020). De este modo, se estimó un tamaño mínimo de muestra constituido por 125 estudiantes.

Para el presente estudio, el muestreo utilizado fue no probabilístico, en específico de manera intencional, el cual se caracteriza por que los participantes son escogidos de acuerdo al criterio del investigador (Sánchez, Reyes y Mejía 2018). De modo que, se toman en cuenta los siguientes criterios:

##### 4.1.1. Criterios de Inclusión:

-Encontrarse registrado en el semestre académico 2022-I.

-Pertener al primer, segundo, tercer o cuarto ciclo de estudios de psicología en una universidad privada de Lima Metropolitana.

-Pertener al rango de 17 a 24 años de edad.

#### 4.1.2. Criterios de Exclusión:

-No pertenecer al rango de edad establecido.

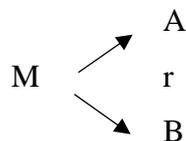
-Personas que no desearon participar.

#### 4.2 Tipo y diseño de investigación

La presente investigación es cuantitativa, no experimental, puesto que de acuerdo con Hernández, Fernández y Baptista (2014) no se manipulan deliberadamente las variables a estudiar, sino se observan en su contexto natural para ser analizadas. Asimismo, el tipo de investigación es básica, ya que se busca recolectar información de la realidad con la finalidad de ampliar el conocimiento científico (Sánchez y Reyes, 2021).

El diseño es descriptivo correlacional, dado que para Sánchez y Reyes (2021) “se orienta a la determinación del grado de relación que existe entre dos o más variables en una misma muestra de sujetos” (p.109). Como es el caso de las dos variables del presente estudio: procrastinación académica y ansiedad.

El diagrama de la presente investigación es la siguiente:



M: Muestra de la investigación

A: Procrastinación académica

B: Ansiedad

r: correlación

### 4.3 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Los instrumentos psicológicos empleados a fin de la recolectar datos son los siguientes:

#### **4.3.1 Escala de Procrastinación Académica (EPA)**

##### **Ficha técnica**

Nombre original: Scale of academic procrastination

Versión adaptada: Escala de Procrastinación Académica

Autora: Deborah Ann Busko

Año de publicación: 1998

Autor de adaptación Lima-Perú: Álvarez, 2010

Adaptación en universitarios: Sergio Domínguez, Graciela Villegas y

Sharon Centeno (2014)

Ámbito de aplicación: estudiantes universitarios

Administración: Individual o Colectiva

Duración: En un rango de 8 a 12 minutos aproximadamente

Finalidad: Estimar los niveles de procrastinación durante la etapa académica en estudiantes universitarios

La escala se encuentra conformada por dos dimensiones presentando un total de 12 ítems, la primera es Autorregulación Académica, compuesta por 9 ítems (2,3,4,5,8,9,10,12) y la segunda, Postergación de Actividades, por 3 ítems (1,6,7). Cada ítem es evaluado mediante la escala Likert (1) Nunca, (2) Casi nunca, (3) A veces, (4) Casi siempre, (5) Siempre. En cuanto a la interpretación de la calificación de ambas dimensiones es directa, en otras palabras, en cuanto a una mayor puntuación, mayor es la presencia de la conducta evaluada (Domínguez, 2016).

Respecto a los baremos, para la dimensión Autorregulación Académica las calificaciones menores a 27 indican niveles bajos, puntuaciones pertenecientes al rango 28-34 significan un nivel medio y un puntaje mayor a 35 revelan niveles altos. A diferencia de la dimensión Postergación de Actividades que, puntajes menores a 7 significan niveles bajos, puntajes igual a 8 muestran un nivel medio y puntuaciones mayores a 9 significan niveles altos (Condori, 2020).

Espinoza y Velasquez (2021) mencionan que la escala original, propuesta por Busko, muestra evidencias de validez relacionadas a la estructura interna, alcanzando un coeficiente Alfa de Cronbach de .86.

Por otro lado, en la adaptación realizada por Domínguez, Villegas y Centeno (2014) en una universidad privada de Lima se determinó la confiabilidad del inventario mediante el coeficiente de Alfa de Cronbach de .816 para la escala en su totalidad. Con respecto a la dimensión Autorregulación académica se obtuvo .821 y para la dimensión Postergación de actividades un valor de .752. Por otro lado, a fin de evaluar las evidencias de validez se utilizó el análisis factorial exploratorio. Preliminarmente, se efectuó un análisis de estadísticos descriptivos y de puntajes extremos, de igual manera se llevó a cabo la “inspección de la matriz de correlaciones Pearson a fin de descartar la existencia de multicolinealidad. Con relación al análisis descriptivo de los ítems, se demostró estos muestran indicadores de asimetría y curtosis apropiados, dentro del rango +/- 1.5” (Pérez y Medrano, 2010; Ferrando y Anguiano-Carrasco, 2010, como se citó en Domínguez, 2014, p.8).

#### **4.3.2 Inventario de la Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE)**

##### **Ficha técnica**

Nombre original: Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado

Autores: Charles Spielberg y Rogelio Díaz-Guerrero

Año de publicación: 1975

Autor de adaptación Lima-Perú: Rojas 1997

Adaptación en universitarios: Domínguez, Villegas, Sotelo y Sotelo (2012)

Administración: Individual y colectivo

Duración: No hay tiempo límite. Generalmente se aplica en aproximadamente 15 minutos para ambas escalas.

Ámbito de Aplicación: Alumnos de secundaria, universitarios y adultos

La prueba se encuentra conformada por 40 ítems agrupados en dos escalas de evaluación para calcular la Ansiedad-Rasgo y la Ansiedad-Estado. La primera está compuesta por 20 ítems (7 directos y 13 inversos) y la segunda, por 20 ítems (10 directos y 10 inversos). Para la calificación cada afirmación se ubica en la escala de Likert de cuatro dimensiones; es así que, para escala Ansiedad-Estado las alternativas de respuesta se presentan de la siguiente manera: No en lo absoluto = 1, Un poco = 2, Bastante = 3, Mucho = 4; en tanto que para la escala Ansiedad-Rasgo se presenta así: Casi nunca = 1, Algunas veces = 2, Frecuentemente = 3, Casi siempre = 4. Para cada escala la valoración varía de una máxima de 80 puntos y una mínima de 20 puntos.

El inventario original, propuesta por Spielberger y Díaz-Guerrero (1975), las evidencias de confiabilidad se obtuvieron de universitarios de la Universidad Estatal de Florida mediante el método test-retest, donde se obtuvo correlaciones altas entre .73 y .86 para la escala Ansiedad-Rasgo, y correlaciones bajas entre .16 a .54 para la escala Ansiedad-Estado. A su vez, ambas escalas poseen un elevado nivel de consistencia interna (Spielberger y Díaz-Guerrero, 1975). Por otro lado, con respecto a las evidencias de validez, la prueba fue correlacionada con diferentes pruebas de ansiedad como la “Escala de Ansiedad IPAT”, la “Escala de Ansiedad Manifiesta TMAS” y “la Lista de adjetivos afectivos”, donde se obtuvo una validez concurrente relativamente alta de .75 a

.77. (Anchante, 1993; Avendaño, 1999; Rojas, 1997; Spielberger y Díaz-Guerrero, 1975, como se citó en Torrejón, 2011).

En el contexto peruano, diversos investigadores han utilizado el “Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE)”, como es el caso de Anchante (1993), quien obtuvo por medio del “estadístico de Alfa de Cronbach, una consistencia de .92 para la escala Ansiedad-Estado y .87 para la escala Ansiedad-Rasgo. Asimismo, encontró una correlación ítem-test significativamente alta para todos los ítems, a excepción del 14 perteneciente a la escala Ansiedad-Rasgo” (Avendaño, 1993, citado en Torrejón, 2011, p. 25). Estos hallazgos son semejantes al análisis psicométrico realizado por Rojas (1997) en un estudio, donde se obtuvo una correlación ítem-test mayor a .20 y una consistencia interna mayor a .70, asimismo mediante el Alfa de Cronbach se encontró una consistencia interna de .84 para la escala Ansiedad-Estado y para la escala Ansiedad-Rasgo .80 (Maezono, 2018).

Por otro lado, en un estudio llevado a cabo por Domínguez, Villegas, Sotelo y Sotelo (2012), se examinaron las propiedades psicométricas del Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE) en un grupo de estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana, obteniendo evidencias de confiabilidad mediante su consistencia interna a través del método del Alpha de Cronbach, donde se obtuvo .908 para la sub escala Ansiedad-Estado y un alfa inferior a .874 para sub escala Ansiedad-Rasgo. Con respecto a las evidencias de validez en relación a la estructura interna de la prueba se utilizó el análisis factorial, donde los índices de homogeneidad oscilaron entre .342 y .687 en la sub escala Ansiedad-Estado y para sub escala Ansiedad-Rasgo entre .238 y .693, lo cual muestra la buena relación de los reactivos con el instrumento. De acuerdo al análisis psicométrico realizado se evidencia que la prueba presenta confiabilidad y validez adecuadas para evaluar la ansiedad en estudiantes universitarios.

#### 4.4 Procedimiento y técnicas de procesamiento de datos

Para el desarrollo del presente trabajo, en primera instancia se solicitó la autorización del autor que realizó las adaptaciones de los instrumentos de evaluación mediante correo electrónico a fin utilizarlos en la investigación.

Posteriormente se solicitó la colaboración de los docentes a cargo de los cursos del semestre 2022-II en la facultad de psicología con la finalidad de recolectar datos, el cual se realizó tanto de manera virtual como presencial mediante el formulario de Google Forms, en donde se les informó a los colaboradores que la evaluación es anónima y confidencial, además de tener la libertad de retirarse en cualquier momento de la investigación si así lo desean, así también se adjuntó las instrucciones de los instrumentos de evaluación. Se aplicaron 142 pruebas, pero siguiendo los criterios tanto de inclusión como exclusión, quedaron 128 pruebas válidas.

Las técnicas de procesamiento de datos se realizaron a través del programa Microsoft Excel 2021 y el programa estadístico SPSS versión 28. En primer lugar, se desarrolló una matriz de datos en el primer programa mencionado, donde se procedió a codificar los datos y calificar los instrumentos de medición. Posteriormente, se exportó la base de datos al programa estadístico, donde se obtuvo los percentiles de procrastinación académica para la muestra, con el fin de establecer los baremos correspondientes a la prueba en general, de manera que se establezca el rango para determinar los niveles a utilizar. Después, mediante la prueba de Kolgomorov-Smirnov se determinó la distribución normal de los datos, de manera que se usó la estadística para relacionar las variables de estudio para el análisis de las hipótesis. Se utilizó el nivel de significatividad de 0.05.

## CAPÍTULO V

### Resultados

#### 5.1 Presentación de datos

Culminada la recolección de datos en los estudiantes de psicología de una universidad de Lima Metropolitana, se procedió a utilizar la prueba de bondad de ajuste de Kolmogorov- Smirnov, con el propósito de identificar si los datos presentaban una distribución estadística normal o diferente a la normal para seleccionar la prueba estadística acorde a los datos obtenidos. Posteriormente, se llevó a cabo un análisis estadístico del cual derivan datos acerca del puntaje total de la variable procrastinación académica y sus dimensiones, así como de la variable ansiedad, de igual manera información sobre las variables sociodemográficas de la muestra objetivo. A continuación, se muestran los resultados obtenidos de esta investigación.

En la tabla 1, se aprecia la distribución de la muestra acorde con las variables sociodemográficas, donde se observa que la mayoría de participantes estuvo representado por un 75.8% de mujeres, mientras que la minoría, por un 24.2% de varones. Asimismo, el 50.8% de estudiantes pertenecía al primer ciclo, el 14.8% al segundo ciclo, el 14.1% eran del del tercer ciclo y el 20.3% del cuarto ciclo. Con respecto a la edad, del total de participantes se muestra que 41 tenían 17 años (32%), 32 tenían 18 años (25%), 25 tenían 19 años (19.5%), 16 tenían 20 años (12.5 %), 5 estudiantes tenían 21 años (3.9%), 4 tenían 22 años (3.1%), 2 tenían 23 años (1.6%) y 3 participantes tenían 24 años (2.3%).

Tabla 1

*Distribución porcentual de las variables sociodemográficas de la muestra de estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana (N=128).*

	Variabes	Frecuencia	Porcentaje
Sexo	Femenino	97	75.8
	Masculino	31	24.2

Ciclo Académico	1° Ciclo	65	50.8
	2° Ciclo	19	14.8
	3° Ciclo	18	14.1
	4° Ciclo	26	20.3
Edad	17	41	32.0
	18	32	25.0
	19	25	19.5
	20	16	12.5
	21	5	3.9
	22	4	3.1
	23	2	1.6
	24	3	2.3

Respecto a la tabla 2, se presenta la distribución de frecuencias y porcentajes de todos los participantes en relación a los niveles de la Procrastinación Académica y sus dimensiones, de manera que se aprecia que un 30.5% alcanza un nivel bajo, el 39.8% un nivel medio y un 29.7% un nivel alto respecto a la Procrastinación Académica. Por lo que concierne a la dimensión Autorregulación Académica, se aprecia que el 9.4% muestra un nivel bajo, el 32.8% un nivel medio y un 57.8% tiene un nivel alto, mientras que en la dimensión Postergación de Actividades se observa que el 29.7% se sitúan en el nivel bajo, el 14.8% en el nivel medio y el 55.5% se encuentra en el nivel alto.

Tabla 2

*Distribución de frecuencias y porcentajes de la procrastinación académica y sus dimensiones*

Nivel	Procrastinación Académica		Autorregulación Académica		Postergación de Actividades	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Bajo	39	30.5	12	9.4	38	29.7
Medio	51	39.8	42	32.8	19	14.8
Alto	38	29.7	74	57.8	71	55.5
Total	128	100.0	128	100.0	128	100.0

En cuanto a la tabla 3, se presenta la distribución de frecuencias y porcentajes de todos los participantes correspondiente a los niveles de Ansiedad Rasgo y Ansiedad Estado. Es así que, en la Ansiedad Rasgo se muestra que el 69.5% obtuvo un nivel alto,

mientras que en la escala Ansiedad Estado un 67.2% presentan un nivel medio, un 32% el nivel alto y el .8% se encuentra en el nivel bajo.

Tabla 3  
*Distribución de frecuencias y porcentajes de ansiedad rasgo y ansiedad estado*

Nivel	Ansiedad Rasgo		Ansiedad Estado	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Bajo	0	0	1	.8
Medio	39	30.5	86	67.2
Alto	89	69.5	41	32.0

## 5.2 Análisis de datos

### 5.2.1 Estadística Descriptiva

Considerando las medidas de tendencia central en la tabla 4, se aprecia que la media que presenta la Procrastinación Académica es de 43.3281, mientras que sus dimensiones Autorregulación Académica y Postergación de Actividades tienen una media de 34.5469 y 8.7031 respectivamente. Adicionalmente, la mediana es de 43.0000 en Procrastinación Académica, mientras que en la primera dimensión es de 35.0000 y la segunda, de 9.0000. Asimismo, la moda en Procrastinación Académica es 43.00, en Autorregulación Académica de 35.00 y en Postergación de Actividades es 9.00. De igual modo, la desviación estándar para la Procrastinación Académica es de 4.14332, para la primera dimensión es de 5.01629 y para Postergación de Actividades es 2.51721. Por otro lado, la varianza respecto a la Procrastinación Académica es 17.167, para la Autorregulación Académica es 5.01629 y en Postergación de Actividades es de 2.51721.

Tabla 4  
*Estadísticos descriptivos del puntaje total de procrastinación académica y sus dimensiones*

Estadístico	Procrastinación Académica	Autorregulación Académica	Postergación de Actividades
Media	43.3281	34.5469	8.7031

Mediana	43.0000	35.0000	9.0000
Moda	43.00 <sup>a</sup>	35.00	9.00
Desv.	4.14332	5.01629	2.51721
Varianza	17.167	25.163	6.336
Mínimo	30.00	20.00	3.00
Máximo	55.00	44.00	15.00

En la tabla 5, tomando en cuenta la tendencia central, la media para la Ansiedad Rasgo es 47.6875, mientras que para la Ansiedad Estado es de 42.5781. Asimismo, la mediana respecto a la Ansiedad Rasgo es de 47.0000 y para Ansiedad Estado es de 43.0000. De igual manera, la moda es de 47.00 en cuanto a la Ansiedad Rasgo y de 41.00 para la Ansiedad Estado. Además de ello, la desviación estándar es de 5.80626 para la Ansiedad Rasgo y de 4.40402 respecto a la Ansiedad Estado. La varianza es de 33.713 para la Ansiedad Rasgo y 19.395 para la Ansiedad Estado.

Tabla 5  
*Estadísticos descriptivos de los puntajes totales de ansiedad rasgo y ansiedad estado*

Estadístico	Ansiedad Rasgo	Ansiedad Estado
Media	47.6875	42.5781
Mediana	47.0000	43.0000
Moda	47.00	41.00
Desv.	5.80626	4.40402
Varianza	33.713	19.395
Mínimo	34.00	24.00
Máximo	68.00	54.00

En la tabla 6, se puede apreciar que el género femenino presenta un 38.1% de procrastinación académica media, mientras que el género masculino tiene un mayor porcentaje (45.2%) tanto en el nivel bajo como medio de procrastinación académica.

Tabla 6  
*Nivel de procrastinación académica en función al género*

Procrastinación Académica	Género	
	Femenino	Masculino

	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Bajo	25	25.8	14	45.2
Medio	37	38.1	14	45.2
Alto	35	36.1	3	9.7
Total	97	100	31	100

En la tabla 7, se observa que tanto en el género femenino (64.9%) como el masculino (74.2%) predominan niveles medios de ansiedad estado. Igualmente, en cuanto a la ansiedad rasgo, se aprecia que en las mujeres (71.1%) y hombres (64.5%) existe un predominio en el nivel alto.

Tabla 7

*Nivel de ansiedad en función al género*

Ansiedad Estado	Género				Ansiedad Rasgo	Género			
	Femenino		Masculino			Femenino		Masculino	
	F	%	F	%		F	%	F	%
Bajo	0	0	1	3.2	Bajo	0	0	0	0
Medio	63	64.9	23	74.2	Medio	28	28.9	11	35.5
Alto	34	35.1	7	22.6	Alto	69	71.1	20	64.5
Total	97	100	31	100	Total	97	100	31	100

### 5.2.2 Análisis de distribución normal

Respecto a la tabla 8, se empleó la prueba de Kolmogorov-Smirnov para conocer la normalidad de la procrastinación académica y sus dimensiones, es así que se evidencia que la distribución de la puntuación total de procrastinación académica es normal con un nivel de significación de .066, en cuanto a sus dimensiones, tanto Postergación de Actividades como Autorregulación Académica presentan una distribución no normal con un nivel de significación de .002 y .001 respectivamente.

Tabla 8

*Prueba de Kolmogorov-Smirnov para el puntaje total de procrastinación académica y sus dimensiones*

Índices	Media	Desviación Estándar	K-S	Significatividad (Bilateral)
Procrastinación Académica	43.33	4.143	.076	.066
Postergación de Actividades	8.70	2.517	.102	.002
Autorregulación Académica	34.55	5.016	.106	.001

En cuanto a la tabla 9, se muestra que el nivel de significación respecto a los puntajes de Ansiedad Estado es de .049, lo que indica una distribución no normal, mientras que los puntajes de Ansiedad Rasgo presentan una distribución normal de datos con un nivel de significación de .200.

Tabla 9

*Prueba de Kolmogorov-Smirnov para los puntajes totales de Ansiedad Estado y Ansiedad Rasgo*

Índices	Media	Desviación Estándar	K-S	Significatividad (Bilateral)
Ansiedad Estado	42.58	4.404	.079	.049
Ansiedad Rasgo	47.69	5.806	.071	.200

### 5.2.3 Estadísticos inferenciales

Con respecto a la hipótesis general ( $H_1$ ), que corresponde a la relación entre procrastinación académica y ansiedad en la enseñanza virtual en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, se aprecia en la tabla 10, que los resultados muestran un índice de correlación positivo y no significativo ( $r=.068$ ,  $p=.447$ ) entre la procrastinación académica y ansiedad rasgo, revelando así que no hay un grado de relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

Tabla 10

*Correlación de Pearson entre el puntaje total de Procrastinación Académica y Ansiedad Rasgo*

		Ansiedad Rasgo
Procrastinación Académica	Correlación de Pearson	.068
	Sig. (bilateral)	.447
	N	128

En el mismo sentido, se observa en la tabla 11, un índice de correlación positivo y no significativo ( $Rho=.053$ ,  $p=.549$ ) entre la procrastinación académica y ansiedad estado, por lo que se comprueba que no guarda relación estadísticamente significativa entre la procrastinación académica y ansiedad estado, rechazando de esta manera la hipótesis general ( $H_1$ ).

Tabla 11

*Correlación entre el puntaje total de Procrastinación Académica y Ansiedad Estado mediante el coeficiente Rho de Spearman*

		Ansiedad Estado	
Rho de Spearman	Procrastinación Académica	Coefficiente de correlación	.053
		Sig. (bilateral)	.549
		N	128

Respecto a la tabla 12, se examina la relación entre autorregulación académica y ansiedad rasgo en la enseñanza virtual en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, la cual corresponde a la primera hipótesis específica ( $H_{1.1}$ ), en los resultados se puede apreciar que el valor de significancia ( $p=.829$ ) es superior a 0.05, lo que significa que se rechaza la primera hipótesis específica ( $H_{1.1}$ ) al demostrarse que no guarda una correlación significativa entre autorregulación académica y ansiedad rasgo en la enseñanza virtual en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana.

Tabla 12

*Correlación entre la dimensión Autorregulación Académica y Ansiedad Rasgo mediante el coeficiente Rho de Spearman*

		Ansiedad Rasgo	
Rho de Spearman	Autorregulación Académica	Coefficiente de correlación	-.019
		Sig. (bilateral)	.829
		N	128

De igual manera, en la tabla 13, referente a la segunda hipótesis específica ( $H_{1.2}$ ), la cual plantea la relación entre la dimensión autorregulación académica y ansiedad estado en la enseñanza virtual en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, se observa un índice de correlación positiva y no significativa ( $Rho=0.055$ ,  $p=.537$ ), por lo que se rechaza la hipótesis.

Tabla 13

*Correlación entre la dimensión Autorregulación Académica y Ansiedad Estado mediante el coeficiente Rho de Spearman*

		Ansiedad Estado	
Rho de Spearman	Autorregulación Académica	Coefficiente de correlación	.055
		Sig. (bilateral)	.537
		N	128

De acuerdo a la tercera hipótesis específica ( $H_{1.3}$ ), la cual formula la relación entre postergación de actividades y ansiedad rasgo en la enseñanza virtual en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, se observa en la tabla 14, que el valor de significancia ( $p=.095$ ) es superior a 0.05 y el índice de relación es de .148, por lo que se rechaza la tercera hipótesis específica ( $H_{1.3}$ ), lo que demuestra que no guarda una relación significativa entre postergación de actividades y ansiedad rasgo en la enseñanza virtual en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana.

Tabla 14

*Correlación entre la dimensión Postergación de Actividades y Ansiedad Rasgo mediante el coeficiente Rho de Spearman*

		Ansiedad Rasgo	
Rho de Spearman	Postergación de Actividades	Coefficiente de correlación	.148
		Sig. (bilateral)	.095
		N	128

Respecto a la cuarta hipótesis específica ( $H_{1.4}$ ) que alude a la relación entre la postergación de actividades y ansiedad estado en la enseñanza virtual en estudiantes de

psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, se aprecia en la tabla 15, un valor de significancia ( $p=.515$ ) mayor a 0.05 y que el índice de relación es de  $-.058$ , por lo que rechaza la cuarta hipótesis específica ( $H_{1.4}$ ).

Tabla 15  
*Correlación entre la dimensión Postergación de Actividades y Ansiedad Estado mediante el coeficiente Rho de Spearman*

		Ansiedad Estado	
Rho de Spearman	Postergación de Actividades	Coefficiente de correlación	-.058
		Sig. (bilateral)	.515
		N	128

### 5.3 Análisis y discusión de resultados

El presente estudio presenta como objetivo principal establecer la relación entre las variables procrastinación académica y ansiedad en la enseñanza virtual en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana. Además, a fin de conocer de manera complementaria se realizó un análisis sobre ambas variables en función al género. Por último, se analizó la relación entre las dimensiones de procrastinación académica y las escalas de ansiedad en la muestra estudiada.

En primer lugar, respecto a los resultados del análisis descriptivo, en la presente investigación se encontró un alto predominio de niveles altos (36.1%) de procrastinación académica en mujeres, mientras que los varones presentan predominio (45.2%) en los niveles bajo y medio, es decir, que las mujeres tienden a presentar mayores conductas procrastinadoras que los hombres. Estos hallazgos son similares a los determinados por Carranza y Ramírez (2013) en Tarapoto, quienes afirman que son las mujeres en un rango de 16 y 20 años de edad que procrastinan más a comparación de los hombres. Igualmente, García y Pérez (2018) señalan que las mujeres presentan mayor procrastinación a diferencia de los hombres.

Por otro lado, estos resultados difieren de lo hallado por Pardo, Perilla y Salinas (2016) en Bogotá, que demuestran que los hombres y mujeres presentan niveles homogéneos de procrastinación. Sin embargo, otros estudios como el de Gil-Tapia y Botello-Príncipe (2018), el cual fue llevado a cabo en Lima Norte, muestran que existe una mayor incidencia de procrastinación académica en hombres. De igual manera, en Indonesia, Basith, Rahman y Moseki (2021) encontraron que en el aprendizaje en línea el género masculino presenta mayores niveles de procrastinación académica. En este sentido, las discrepancias entre los hallazgos reportados de esta investigación con los estudios previos pueden estar relacionados con el empleo de diferentes instrumentos de medición, así como la validación de los mismos, la diferencia en el tamaño de la muestra y la magnitud elevada de mujeres de la muestra del presente trabajo, sumado a ello el cambio de enseñanza tradicional a modalidad virtual y posteriormente a la semipresencialidad por el cual atravesaron los universitarios a raíz de la pandemia por Covid-19.

Por lo que se refiere a los niveles de ansiedad en cuanto al género, los resultados reportan que en las mujeres prevalecen niveles altos de ansiedad estado y ansiedad rasgo con un 35.1% y 71.1% respectivamente, mientras que el 22.6% de los hombres presentan altos niveles de ansiedad estado, de igual manera el 64.5% de este género se ubica en el nivel alto de ansiedad rasgo. Este resultado muestra que el género femenino presenta índices más elevados de ansiedad, lo que concuerda con lo hallado por Altamirano y Rodríguez (2021), quienes señalan que las mujeres alcanzan niveles altos de ansiedad. Así también, se asemeja con los resultados encontrados por Castillo, Cabezas, Vera y Toledo (2021), quienes sostienen que la ansiedad al aprendizaje en línea es mayor en mujeres, debido a que muestran mayor vulnerabilidad frente a las consecuencias indirectas de la pandemia.

Una posible explicación sobre los resultados de altos niveles tanto en ansiedad rasgo como en ansiedad estado en el género femenino de la presente investigación, se deba a que la aplicación de los instrumentos para la recolección de datos se realizó durante las dos últimas semanas del semestre, fechas previas y próximas a las entregas de trabajos y exámenes de fin de semestre académico, lo cual pudo ser percibido por los estudiantes como situaciones o estímulos estresores, por lo que es probable que las puntuaciones de Ansiedad Rasgo y Ansiedad Estado estén elevadas. Tal como lo sugiere Spielberger (1975), quien expresa que, frente a una situación amenazante, las personas que presentan elevada ansiedad rasgo tienden a presentar elevada ansiedad estado.

Posteriormente, se procedió a dar respuesta al objetivo principal que se planteó para el presente estudio, el cual sugiere que existe una relación significativa entre la procrastinación académica y ansiedad en la enseñanza virtual en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana. Los resultados obtenidos muestran que no guarda una relación significativamente entre la procrastinación académica y ansiedad tanto rasgo como estado. Estos resultados indicarían que no es relevante que las personas que tienden a procrastinar en el aspecto académico tiendan a presentar sintomatología ansiosa y viceversa. El hallazgo encontrado es similar a los resultados hallados por Oyanguren (2017), quien encontró que no guarda una relación significativa entre procrastinación y ansiedad rasgo, a lo que sostiene “la procrastinación y ansiedad rasgo no necesariamente tendría que ser la causante, o la consecuencia que traiga consigo una de ellas” (p.56). Para Mc Cow et al. (Guzmán, 2014, citado por Mamami, 2017), consideran que existe la sospecha que la conducta de procrastinación también se encuentra asociada con aspectos de la personalidad como son los rasgos de neuroticismo, por lo que reducir el panorama al hecho que los individuos procrastinan únicamente debido a factores de ansiedad sería una percepción demasiado restrictiva, ya que como

menciona Guzmán (Mamani, 2017) existen otras variables que pueden tener relaciones más fuertes con la procrastinación que la ansiedad como es el estrés, la depresión, los estilos de afrontamiento, el neuroticismo, etc. Por su parte Brando-Garrido et al. (2020) sugiere que la procrastinación académica se encuentra asociada también con variables como el miedo al fracaso, agresividad, síntomas depresivos, riesgo suicida, perfeccionismo y consumo excesivo de alcohol.

Los hallazgos obtenidos del presente estudio no muestran semejanza a los encontrados por Guerra y Bobadilla (2021), quienes encontraron que la variable procrastinación académica muestra una relación directa con la ansiedad rasgo y la ansiedad estado, lo cual demuestra que las personas que muestran mayores niveles de procrastinación, presentan mayor ansiedad tanto rasgo como estado. Así también, estos resultados también son inconsistentes con algunas investigaciones previas, como la de Pardo, Perilla y Salinas (2016), quienes hallaron que guarda una relación positiva y significativa entre procrastinación académica y ansiedad rasgo, lo cual indica que, a mayores niveles de procrastinación académica, mayor es la respuesta emocional de ansiedad que se presenta. De igual manera, es inconsistente con los resultados hallados por García y Pérez (2018), quienes encontraron que ambas variables del presente estudio están relacionadas de manera significativa y leve. Si bien la procrastinación ha mostrado mantener una relación fuerte con la ansiedad en determinadas poblaciones y situaciones, tal como se ha mostrado en las investigaciones previas, estas no se pueden generalizar a todas las poblaciones (Mamani, 2017).

Referente a la dimensión autorregulación académica no se identificó una relación significativa con la ansiedad rasgo y la ansiedad estado en la enseñanza virtual en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana. Por lo que emplear estrategias para el aprendizaje y contar con habilidades para gestionar el tiempo

no influye a que los estudiantes tengan menor probabilidad de presentar ansiedad y viceversa. Estos hallazgos son inconsistentes con las investigaciones llevadas a cabo por García y Pérez (2018), Guerra y Bobadilla (2021), quienes encontraron que la autorregulación si muestra una relación significativa con la ansiedad estado y la ansiedad rasgo, lo que para los últimos autores significaría que a una mayor autorregulación académica menor sería la tendencia a presentar niveles de ansiedad estado y ansiedad rasgo.

Para Martínez (Mestanza, 2014) existen factores fuera del contexto universitario que influyen en la aparición de niveles elevados de ansiedad en estudiantes. Por lo que es posible que en la población estudiada de la presente investigación influyeran factores situacionales que hayan sido valorados como peligrosos o amenazantes tal como es la crisis sanitaria ocasionada por el Covid-19, la cual mediante la investigación de Sigüenza y Vílchez (2021) ha mostrado relacionarse con el incremento de ansiedad en los universitarios. Entre otros factores asociados también se encuentran los señalados por Arrieta, Díaz y Gonzáles (Ramírez, 2016) como son la disfuncionalidad familiar, los bienes económicos y el apoyo social.

En lo que concierne a la postergación de actividades, no se evidenció una relación significativa con la ansiedad rasgo, así como tampoco con la ansiedad estado en la enseñanza virtual en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana. En otras palabras, se podría decir que no es imprescindible la presencia o ausencia de las conductas o acciones de postergación de actividades académicas para que se manifieste la ansiedad. Por lo que es necesario recalcar que la postergación se asocia a otras variables como el rendimiento académico, el desempeño del docente, la autoeficacia, el perfeccionismo y la motivación. Estos hallazgos se asemejan con lo expuesto por Castillo (2019), quien afirma que no guarda asociación entre la postergación

de actividades y la ansiedad manifiesta. Resultados similares fueron obtenidos por Guerra y Bobadilla (2021) en Lima y por Ruiz (2021) en Chiclayo, quienes sostienen no guarda correlación entre la dimensión postergación de actividades y ansiedad estado.

Sin embargo, los estudios realizados por García y Pérez (2018) en Trujillo han demostrado que el aplazamiento muestra relación leve con la ansiedad estado y la ansiedad rasgo. En esa misma línea, Mamami (2017) sostiene que guarda correlación entre la postergación de actividades con la ansiedad rasgo. Las diferencias entre los resultados mencionados y los de la presente investigación, probablemente se deba a factores culturales y el tipo de metodología de enseñanza por parte de los docentes.

## CAPÍTULO VI

### Conclusiones y recomendaciones

#### 6.1 Conclusiones generales y específicas

En el siguiente apartado se exponen los hallazgos obtenidos en consideración con los objetivos planteados, el análisis de datos y la discusión de los resultados correspondientes, por lo que se concluye lo siguiente:

En primera instancia, como conclusión general se afirma que:

1. No existe una relación significativa entre la procrastinación académica y la ansiedad en la enseñanza virtual en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana.

En segunda instancia, como conclusiones específicas se afirma que:

2. No existe una relación entre la autorregulación académica y la ansiedad rasgo en la enseñanza virtual en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana.
3. No existe una relación entre la autorregulación académica y la escala ansiedad estado en la enseñanza virtual en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana.
4. No existe una relación entre la postergación de actividades y la escala ansiedad rasgo en la enseñanza virtual en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana.
5. No existe una relación entre la postergación de actividades y la escala ansiedad estado en la enseñanza virtual en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana.

## 6.2 Recomendaciones

Considerando los resultados obtenidos de la presente investigación, se estima oportuno plantear las siguientes recomendaciones:

1. Realizar otros estudios con ambas variables investigadas en muestras amplias y equitativas, considerando poblaciones de centros educativos de entidades públicas y de otras ciudades del Perú.
2. Implementar programas por medio del departamento psicopedagógico enfocados en entrenar habilidades para gestionar el tiempo, y así de esta manera reducir acciones procrastinadoras en los universitarios y mejorar la calidad de vida.
3. Profundizar el estudio de la procrastinación académica y la ansiedad en la enseñanza a distancia utilizando una metodología longitudinal, a fin de comparar los niveles de ambas variables con un antes y después.

## 6.3 Resumen. Términos clave

La presente investigación tiene como propósito determinar la relación entre la procrastinación académica y la ansiedad en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana. El tipo de investigación fue básica, cuantitativa, no experimental, con un diseño descriptivo correlacional. Para cumplir con el objetivo de la investigación, se evaluó a 128 universitarios de los cuatro primeros ciclos académicos de la carrera profesional de psicología, entre un rango de 17 y 24 años de edad. Para evaluar la variable procrastinación académica, se empleó la Escala de Procrastinación Académica (EPA) adaptado por Domínguez (2014) y el Inventario de Ansiedad Rasgo – Estado (IDARE) para la variable de ansiedad. Los resultados reportan que la procrastinación académica no muestra una relación significativa con la ansiedad rasgo ( $r=.068$ ,  $p=.447$ ) y la ansiedad estado

( $Rho=.053$ ,  $p=.549$ ), de igual manera se halló que no existe una correlación significativa entre las dimensiones de procrastinación académica y las escalas de ansiedad.

***Palabras clave:*** Procrastinación académica, ansiedad.

#### 6.4 Abstract. Key words

The purpose of this research is to determine the relationship between academic procrastination and anxiety in psychology students of a private university in Metropolitan Lima. The type of research was basic, quantitative, non-experimental, with a descriptive correlational design. In order to fulfill the research objective, 128 university students from the first four academic cycles of the professional career of psychology, between 17 and 24 years of age, were evaluated. To evaluate the academic procrastination variable, the Academic Procrastination Scale (EPA) adapted by Domínguez (2014) and the Inventory of Trait-State Anxiety (IDARE) were used for the anxiety variable. The results report that academic procrastination does not show a significant relationship with trait anxiety ( $r=.068$ ,  $p=.447$ ) and state anxiety ( $Rho=.053$ ,  $p=.549$ ), likewise it was found that there is no significant correlation between the dimensions of academic procrastination and the anxiety scales.

***Key words:*** Academic procrastination, anxiety.

## Referencias

- Altamirano, C. y Rodríguez, M. (2021). Procrastinación académica y su relación con la ansiedad. *Revista Eugenio Espejo*, 15(3), 16-28. [Procrastinación académica y su relación con la ansiedad \(redalyc.org\)](#)
- Angarita, L. (2012). Aproximación a un concepto actualizado de la procrastinación. *Revista iberoamericana de psicología: ciencia y tecnología*, 5(2), 85–94. [dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4905094.pdf](http://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4905094.pdf)
- Basith, A., Rahman, M. y Moseki, U. (2021). College Students' Academic Procrastination during the Covid-19 Pandemic: Focusing on Academic Achievement. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 6(3), 112–120.
- Bio, C. (2020). *Relación entre estilos parentales disfuncionales e inteligencia emocional en adolescentes de instituciones educativas particulares de Lima*. [Tesis de pregrado, Universidad de Lima]. Repositorio Institucional ULIMA. [https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/11341/Bio\\_Sam\\_Claudia\\_Alessandra.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/11341/Bio_Sam_Claudia_Alessandra.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Brando-Garrido, C., Montes-Hidalgo, J., Limonero, J., Gómez-Romero, M. y Tomás-Sábado, J. (2020). Relationship of academic procrastination with perceived competence, coping, self-esteem and self-efficacy in Nursing students. *Enfermería Clínica (English Edition)*, 30(6), 398-403. <https://doi.org/10.1016/j.enfcle.2019.07.013>.
- Buchner, A., Erdfelder, E., Faul, F., & Lang, A. G. (2020). G\* Power (versión 3.1.9.7). [Software de computación]. <http://www.gpower.hhu.de>
- Castillo, M. (2019). *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de la carrera de psicología en una universidad privada de Lima Norte 2018*. [Tesis de pregrado, Universidad Privada del Norte]. Repositorio UPN. [Castillo Palma, Maily Yuriko - Tesis.pdf \(upn.edu.pe\)](#)
- Castillo, V., Cabezas, N., Vera, C. y Toledo, C. (2021). Ansiedad al aprendizaje en línea: relación con actitud, género, entorno y salud mental en universitarios. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 15(1). [Ansiedad al aprendizaje en línea: relación con actitud, género, entorno y salud mental en universitarios \(scielo.org.pe\)](#)
- Cárdenas, M. y Arancibia, H. (2014). Potencia estadística y cálculo del tamaño del efecto en G\*Power: Complementos a las pruebas de significación estadística y su aplicación en psicología. *Salud y Sociedad*, 4(2), 210-224.

- Carranza, R. y Ramírez, A. (2013). Procrastinación y características demográficas asociados en estudiantes universitarios. *Revista de Investigación Apuntes Universitarios*, 3(2), 95-108.  
<https://www.redalyc.org/pdf/4676/467646127006.pdf>
- Condori, C. (2020). *Inteligencia emocional y procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana*. [Tesis de pregrado, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio Institucional URP.  
[https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/3451/INTELIGENCIA%20EMOCIONAL%20Y%20PROCRASTINACION%20Y%20ACAD%20EMOCIONAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/3451/INTELIGENCIA%20EMOCIONAL%20Y%20PROCRASTINACION%20Y%20ACAD%20EMOCIONAL%20Y%20PROCRASTINACION%20Y%20ACAD%20EMOCIONAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Contreras, I. (2021). *Procrastinación Académica en estudiantes universitarios de una universidad privada en Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad Privada del Norte]. Repositorio UPN. [Contreras Orrego, Ingrid Evelyne.pdf \(upn.edu.pe\)](https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/UPN/3451/Contreras%20Orrego,%20Ingrid%20Evelyn%20.pdf)
- Crocp, M. (2015). A history of anxiety: from Hippocrates to DSM. *Dialogues Clin Neurosci*, 17(3), 319-325. [A history of anxiety: from Hippocrates to DSM - PMC \(nih.gov\)](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26111111/)
- Díaz, I. y De la Iglesia, G. (2019). Ansiedad: Revisión y Delimitación Conceptual. *Summa Psicológica UST*, 16(1), 42-50. DOI: 10.18774/0719-448x.2019.16.1.393
- Díaz-Morales, J. (2019). Procrastinación: Una revisión de su medida y sus correlatos. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica*, 2(51). <https://www.redalyc.org/journal/4596/459661106005/html/>
- Domínguez, S., Villegas, G., Sotelo, N. y Sotelo, L. (2012). Revisión psicométrica del Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE) en una muestra de universitarios de Lima Metropolitana. *Revista peruana de psicología y trabajo social*. Publicación semestral de la Facultad de Psicología y Trabajo Social. 1(1).  
[https://www.uigv.edu.pe/fileadmin/facultades/psicologia/documentos/revista\\_2012\\_1\\_completa.pdf](https://www.uigv.edu.pe/fileadmin/facultades/psicologia/documentos/revista_2012_1_completa.pdf)
- Domínguez-Lara, S. (2017). Prevalencia de procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana y su relación con variables demográficas. *Revista de Psicología UCSP*, 7(1), 81-95.  
<https://revistas.ucsp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/49/49>
- Domínguez, S. (2016). Datos normativos de la Escala de Procrastinación Académica en estudiantes de psicología de Lima. *Revistas Evaluar*, 16, 20-30.

- Domínguez, S., Villegas, G. y Centeno, S. (2014). Procrastinación académica validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. *LIBERABIT*, 20(2), 293-304. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68632617010>
- Duche, A., Paredes, F., Gutiérrez, O. y Carcausto, L. (2020). Transición secundaria-universidad y la adaptación a la vida universitaria. *Revista de Ciencias Sociales*, 26 (3), 244-258.
- Espinoza, L. y Velasquez, S. (2021). *Motivación académica y procrastinación en estudiantes de educación superior en una institución académica militar en Lima* [Tesis de pregrado, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio Institucional URP. [https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/4556/PSIC-T030\\_71802637\\_T%20%20%20ESPINOZA%20CALDER%c3%93N%20LIZ%20JAZMIN.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/4556/PSIC-T030_71802637_T%20%20%20ESPINOZA%20CALDER%c3%93N%20LIZ%20JAZMIN.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Estrada, E. y Mamami, H. (2020). Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes universitarios de Madre de Dios, Perú. *Apuntes Universitarios*, 10 (4), 322-337. <https://www.proquest.com/docview/2462309274/2188E0FFAB21418FPQ/3?accountid=45097>
- Fajhriani, D. (2020). Academic procrastination of students. *International Journal of Education*, 05(02), 132-141. [\(PDF\) ACADEMIC PROCRASTINATION OF STUDENTS \(researchgate.net\)](#)
- García, S. y Pérez, G. (2018). *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Trujillo* [Tesis de maestría, Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI]. Repositorio Institucional UCT. <http://repositorio.uct.edu.pe/handle/123456789/454>
- Gil-Tapia, L. y Botello-Príncipe, V. (2018). Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Ciencias de la Salud de una Universidad de Lima Norte. *Revista de Investigación y Casos en Salud*, 3(2), 89-96. [Vista de Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Ciencias de la Salud de una Universidad de Lima Norte \(ucss.edu.pe\)](#)
- Guerra, F. y Bobadilla, X. (2021). *Relación entre procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de psicología de una universidad privada del distrito de Cercado de Lima-2021* [Tesis de pregrado, Universidad Privada del Norte]. Repositorio UPN. [Bobadilla Ugaz, Ximena Rocío - Guerra Paredes, Fabiola Lissette.pdf \(upn.edu.pe\)](#)

- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. México, D.F: Mc Graw-Hill.
- Hsin Chun, A. y Nam, J. (2005). Rethinking Procrastination: Positive Effects of “active” Procrastination Behavior on Attitudes and Performance. *The Journal of Social Psychology*, 145(3). [Rethinking Procrastination: Positive Effects of "Active" Procrastination Behavior on Attitudes and Performance: The Journal of Social Psychology: Vol 145, No 3 \(tandfonline.com\)](#)
- Maezono, B. (2018). *Locus de control de la salud y ansiedad estado y rasgo en estudiantes universitarios de Ayacucho* [Tesis de maestría, Universidad de San Martín de Porres]. Repositorio Institucional USMP. [https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/4183/maezono\\_mbd.pdf?sequence=3&isAllowed=y](https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/4183/maezono_mbd.pdf?sequence=3&isAllowed=y)
- Mamami, S. (2017). *Relación entre la procrastinación académica y ansiedad-rasgo en estudiantes universitarios pertenecientes al primer año de estudios de una universidad privada de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo]. Repositorio Institucional UPCH. [https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/1042/Relacion\\_MamaniGuerra\\_Susana.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/1042/Relacion_MamaniGuerra_Susana.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Marquina-Luján, R., Horna, V. y Huirar, E. (2018). Ansiedad y procrastinación en estudiantes universitarios. *Revista ConCiencia EPG*, 3(2), 89-97. [Vista de Ansiedad y procrastinación en estudiantes universitarios \(revistaconcienciaepg.edu.pe\)](#)
- Melgaard, J., Monir, R., Allan, L. y Fagerstrom, A. (2022). Academic Procrastination and Online Learning During the COVID-19 Pandemic. *Procedia Computer Science*, 196, 117-124. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1877050921022195>
- Mestanza, E. (2019). *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de una universidad privada de la ciudad de Trujillo* [Tesis de pregrado, Universidad Privada del Norte]. Repositorio UPN. Recuperado de <http://hdl.handle.net/11537/23187>
- Morales, M. (2018). *Ansiedad y Resiliencia en personas con ceguera congénita y adquirida* [Tesis de pregrado, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio URP.
- Morales, M. y Chávez, J. (2017). Adaptación a la vida universitaria y procrastinación académica en estudiantes de psicología. *Revista Electrónica del Desarrollo*

- Natividad, L. (2014). *Análisis de la procrastinación en estudiantes universitarios* [Tesis de doctorado, Universidad de Valencia]. Repositorio UV. [WWWFINALconencabezados \(uv.es\)](http://WWWFINALconencabezados.uv.es)
- Oyanguren, J. (2017). *Procrastinación y ansiedad rasgo en estudiantes universitarios de una universidad privada* [Tesis de postgrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio UCV. [Oyanguren\\_GJY.pdf \(ucv.edu.pe\)](http://Oyanguren_GJY.pdf(ucv.edu.pe))
- Pardo, D., Perilla, L. y Salinas, C. (2016). Relación entre procrastinación académica y ansiedad-rasgo en estudiantes de psicología. *Cuadernos Hispanoamericanos De Psicología*, 14(1), 31–44. <https://masd.unbosque.edu.co/index.php/CHP/article/view/1343/965>
- Quant, D. y Sánchez, A. (2012). Procrastinación, procrastinación académica: concepto e implicaciones. *Revista Vanguardia Psicológica*, 3(1), 45-59. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4815146>
- Rahdadella, D. y Latifah, M. (2020). Academic Procrastination during the COVID-19 Pandemic: The Role of Student's Self-Control, Parenting Style, and Family Factors. *Department of Family and Consumer Sciences, Faculty of Human Ecology, IPB University, Association of Indonesian Family and Consumer Sciences*, 92-100. <https://ikk.fema.ipb.ac.id/wp-content/uploads/2021/01/2020-ISFCI-PROCEEDING.pdf#page=100>
- Ramírez, J. (2016). *Evaluación de la ansiedad en estudiantes de Psicología de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Autónoma de México]. Repositorio Institucional UNAM. [TESIS: Evaluación de la ansiedad en estudiantes de Psicología de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala](http://TESIS:Evaluación de la ansiedad en estudiantes de Psicología de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala)
- Rodríguez, A. y Clariana, M. (2017). Procrastinación en estudiantes universitarios: su relación con la edad y el curso académico. *Revista Colombiana de Psicología*, 26(1), 45-60. doi: 10.15446. [Procrastinación en Estudiantes Universitarios: Su Relación con la Edad y el Curso Académico - ProQuest](http://Procrastinación en Estudiantes Universitarios: Su Relación con la Edad y el Curso Académico - ProQuest)
- Ruiz, S. (2021). *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes universitarios en contexto de educación virtual en tiempos de pandemia, Chiclayo 2020* [Tesis de pregrado, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo]. Repositorio Institucional USAT.

[http://tesis.usat.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/20.500.12423/3477/TL\\_RuizdelaCruzSandra.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://tesis.usat.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/20.500.12423/3477/TL_RuizdelaCruzSandra.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- Sánchez, A. (2010). Procrastinación académica: un problema en la vida universitaria. *Studiositas*, 5(2), 87-94. [Studiositas Vol. 5 No. 2 agosto 2010.indd \(ucatolica.edu.co\)](#)
- Sánchez, H. y Reyes, C. (2021). *Metodología y diseños en la investigación científica*. Sexta Edición.
- Sánchez, H., Reyes, C. y Mejía, K. (2018). *Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística*. Universidad Ricardo Palma: Vicerrectorado de Investigación. Lima, Perú. Recuperado de <http://repositorio.urp.edu.pe/handle/URP/1480>
- Sigüenza, W. y Vílchez, J. (2021). Aumento de los niveles de ansiedad en estudiantes universitarios durante la época de pandemia de la COVID-19. *Revista Cubanade Medicina Militar*, 50(1). [\\*cmm2111.pdf \(medigraphic.com\)](#)
- Spielberger, C. y Díaz-Guerrero, R. (1975). *IDARE Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado*. Manual e instructivo. México: El Manual Moderno S.A.
- Steel, P. (2007). The Nature of Procrastination: A Meta-Analytic and Theoretical Review of Quintessential Self-Regulatory Failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65-94. [\(PDF\) The nature of procrastination: a meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. Psychol Bull 133: 65-94 \(researchgate.net\)](#)
- Torrejón, C. (2011). *Ansiedad y afrontamiento en universitarios migrantes* [Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Perú] Repositorio Institucional PUCP. <https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/689>
- Torres, E. (2021). *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú] Repositorio Institucional Autónoma. [Torres Rojas, Evelyn Milagros.pdf \(autonoma.edu.pe\)](#)
- Veytia-Bucheli, M. y Sánchez-Macías, A. (2021). Procrastinación en internet en educación superior a distancia. *RIEED*, 1(1), 7-19. <https://www.riied.org/index.php/v1/article/view/3/4>
- Vílchez, C. (2022, 25 de abril). *Seis de cada diez jóvenes tienen un trastorno mental*. Correo. <https://diariocorreo.pe/salud/seis-de-cada-diez-jovenes-tienen-un-trastorno-mental-depresion-noticia/?ref=dcr>

## Anexos

### Material Complementario

#### Autorización para el uso de la Escala de Procrastinación Académica (EPA)



Angie Diana Velasquez Manrique

13 may 2022, 9:29 (hace 12 días) ☆

Buenas días, estimado psicólogo Sergio Alexis Dominguez Lara. Le saluda Angie Velasquez Manrique, Bachiller en psicología de la Universidad Ricardo Pal...



Sergio Dominguez

16 may 2022, 18:40 (hace 9 días) ☆ ↩ ⋮

para mí ▾

Estimada Angie, muchas gracias por el interés. Te envío la escala trabajada en Perú, clave, y artículos donde fue usada.

Además, es bueno agregar que los test como este no tienen manual o algo así ya que son pruebas de difusión académica, no son tests comerciales (como los que vende TEA o MANUAL MODERNO). Podrían elaborarse, sí; pero no fue el objetivo de las investigaciones. En tal sentido, tendrías que enfocarte más en aspectos teóricos y estudios psicométricos para sustentar su uso, y "construir" la ficha técnica (si te la solicitaran) en base a los datos que figuran en los artículos de validación.

Preferiríamos que el cuestionario no se coloque como anexo en la tesis.

Saludos cordiales.

-----

Dr. SERGIO ALEXIS DOMINGUEZ LARA

C.Ps.P. 18556

Investigador CONCYTEC: [Perfil](#)

Researchgate: [https://www.researchgate.net/profile/Sergio\\_Dominguez\\_Lara/](https://www.researchgate.net/profile/Sergio_Dominguez_Lara/)

ORCID: <http://www.orcid.org/0000-0002-2083-4278>

SCOPUS-ID: 56287930500 (<https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorid=56287930500>)

LOOP: <http://loop.frontiersin.org/people/346044/>

Scholar Google: <https://scholar.google.com.pe/citations?user=IdSLecAAAAAJ&hl=es>

Activar Windows  
Ve a Configuración para activar Windows

### Formato de consentimiento informado

#### CONSENTIMIENTO DE PERMISO INFORMADO

Por la presente, declaro mi participación voluntaria para completar las pruebas correspondientes a la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE) en la investigación conducida por Angie Diana Velasquez Manrique de la Universidad Ricardo Palma como parte de su investigación para obtener el título en Psicología. Asimismo, declaro, tener información sobre el objetivo y procedimiento referido a la administración de estas pruebas, y en caso que requiera información sobre los resultados, se me ha proporcionado el medio por el cual puedo solicitarlos.

Del mismo modo, se me asegura la privacidad de la información proporcionada, que mi participación está libre de todo perjuicio a mi persona y que puedo dejar de participar o completar la prueba cuando así lo estime conveniente.

Estando de acuerdo con lo señalado, dejo la constancia de mi aceptación.

---

“Procrastinación académica y  
ansiedad en la enseñanza  
virtual en estudiantes de  
psicología de una universidad  
privada de Lima Metropolitana”  
*por Angie Diana Velasquez Manrique*

**Fecha de entrega:** 25-may-2023 01:59p.m. (UTC-0500)

**Identificador de la entrega:** 2101844316

**Nombre del archivo:** TESIS\_Final\_Velasquez\_Diana.pdf (656.41K)

**Total de palabras:** 16199

**Total de caracteres:** 90381

“Procrastinación académica y ansiedad en la enseñanza virtual en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana”

INFORME DE ORIGINALIDAD

18%

INDICE DE SIMILITUD

19%

FUENTES DE INTERNET

10%

PUBLICACIONES

12%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE



FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to Universidad Ricardo Palma Trabajo del estudiante	7%
2	hdl.handle.net Fuente de Internet	4%
3	repositorio.urp.edu.pe Fuente de Internet	2%
4	repositorio.upch.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	repositorio.upagu.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	Submitted to Universidad San Ignacio de Loyola Trabajo del estudiante	<1%
8	repositorio.autonoma.edu.pe Fuente de Internet	<1%

9	repositorio.uss.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
10	repositorio.continental.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
11	repositorio.untumbes.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
12	repositorio.unsa.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
13	Submitted to Universidad Femenina del Sagrado Corazón Trabajo del estudiante	<1 %
14	repositorio.unamad.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
15	1library.co Fuente de Internet	<1 %
16	Linares Ramírez Susana. "Evaluación de factores de riesgo psicosocial en el trabajo y ansiedad en enfermeras de atención COVID- 19 y no COVID-19 en el Centro Médico Nacional "20 de Noviembre" del ISSSTE durante octubre y noviembre de 2020", TESIUNAM, 2022 Publicación	<1 %
17	tesis.ucsm.edu.pe Fuente de Internet	<1 %

18	Carreto Fernández Cinthia Lizbeth. "Influencia de la ansiedad en el desempeño académico de los alumnos del CONALEP", TESIUNAM, 2022 Publicación	<1 %
19	Submitted to Universidad Continental Trabajo del estudiante	<1 %
20	Villanueva de los Santos Héctor. "Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes del Sistema Universidad Abierta y Educación a Distancia SUAyED", TESIUNAM, 2021 Publicación	<1 %
21	Jimenez Cruz Blanca Elizabeth. "Depresión, ansiedad, imágenes publicadas en revistas y riesgo para trastorno alimentario", TESIUNAM, 2007 Publicación	<1 %
22	repositorio.usmp.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
23	Submitted to Universidad Privada del Norte Trabajo del estudiante	<1 %

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 20 words

Excluir bibliografía

Activo