

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de PSICOLOGÍA

ANSIEDAD ESTADO, ANSIEDAD RASGO Y
PROCRASTINACION ACADÉMICA EN
ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE UNA
UNIVERSIDAD DE LIMA NORTE, 2024

Tesis para optar al título profesional de:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

Autores:

Marielena Santos Gatica
Sonia Stephany Vilchez Quintos

Asesor:

Mg. Claudia Karina Guevara Cordero
<https://orcid.org/0000-0003-4681-3077>

Lima - Perú

2024

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	GISELLA SOCORRO FLORES MEJIA
	Nombre y Apellidos

Jurado 2	KELLY MAGDALENA SANTA CRUZ CACERES
	Nombre y Apellidos

Jurado 3	CLAUDIA KARINA GUEVARA CORDERO
	Nombre y Apellidos

INFORME DE SIMILITUD

TESIS ÚLTIMA

INFORME DE ORIGINALIDAD

19%	19%	%	%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	tesis.usat.edu.pe Fuente de Internet	4%
2	repositorio.upn.edu.pe Fuente de Internet	3%
3	revistas.usil.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	docs.google.com Fuente de Internet	1%
5	www.scilit.net Fuente de Internet	<1%
6	search.scielo.org Fuente de Internet	<1%
7	documentos.uru.edu Fuente de Internet	<1%
8	www.coursehero.com Fuente de Internet	<1%
9	archive.org Fuente de Internet	<1%
10	ojs.unemi.edu.ec Fuente de Internet	<1%
11	cio.mx Fuente de Internet	<1%

DEDICATORIA

A mi padre que se fue muy pronto, a mi madre que siempre confió en mí y a Bala que me mira desde el cielo.

Dedico esta tesis a mi papá y mi mamá por su gran apoyo y amor en toda esta travesía no solo estudiantil, sino de la vida misma.

A mi hermano menor por las palabras de aliento en las noches de desvelo. A mis amistades que me acompañaron en todo este proceso de aprendizaje, no solo como profesional sino también como persona. A mi amiga y ahora colega Marielena.

AGRADECIMIENTO

Queremos expresar nuestros más sinceros agradecimientos a nuestra Alma Mater y a los que hicieron posible realizar esta investigación.

A nuestra asesora Claudia Guevara Cordero por sus comentarios constructivos y su constante predisposición para ofrecer orientación. A nuestros amigos y colegas por su camaradería y apoyo incondicional. Sus sugerencias y discusiones fueron una fuente constante de motivación e inspiración.

Tabla de contenido

Jurado calificador	2
Informe de similitud	3
Dedicatoria.....	4
Agradecimiento.....	5
Tabla de contenido	6
Índice de tablas	7
Índice de anexos	8
Resumen	9
Capítulo I: Introducción	11
Capítulo II: Metodología	27
Capítulo III: Resultados	37
Capítulo IV: Discusión y Conclusiones	42
Referencias	47
Anexos	52

Índice de tablas

Tabla 1. Prueba de normalidad para las variables.....	36
Tabla 2. Correlación de la ansiedad estado y ansiedad rasgo con la procrastinación académica.....	37
Tabla 3. Comparación de la ansiedad-estado y ansiedad-rasgo según género.....	38
Tabla 4. Comparación de la ansiedad-estado y ansiedad-rasgo según edad.....	39
Tabla 5. Comparación de la procrastinación según género.....	40
Tabla 5. Comparación de la procrastinación según edad.....	40

Índice de anexos

Anexo 1. Matriz de consistencia.....	52
Anexo 2. Matriz de operacionalización.....	55
Anexo 3. Consentimiento informado.....	56
Anexo 4. Formulario.....	57

RESUMEN

Objetivo: determinar la relación entre la ansiedad-estado y ansiedad-rasgo con procrastinación académica en estudiantes universitarios de una Universidad de Lima en el año 2024, se realizó una investigación de tipo correlacional, de diseño no experimental y de corte transversal. Muestra: 487 estudiantes, conformados por 216 varones y 271 mujeres, las cuales oscilan las edades de entre 18 a 30 años, los cuales cursan los ciclos de entre 1.º ciclo a 10.º ciclo. Se realizó la recolección de datos mediante encuestas online y presenciales, empleando para ello los instrumentos: Inventario de Ansiedad Rasgo-estado (IDARE) y la Escala de Procrastinación Académica (APS-S). Los resultados muestran una correlación positiva de la variable procrastinación académica y ansiedad-rasgo encontrándose una significación mayor a .050. En cuanto a determinar las diferencias entre ansiedad-estado y rasgo con la edad y género, en ambos casos no se encontraron diferencias significativas, dando una significación mayor a .050. Por último, en cuanto a determinar la existencia de diferencias entre procrastinación y edad y género, en el caso de género, si se encontró una significancia, caso contrario con la edad, en el cual no se halló diferencias. Conclusiones: Los estudiantes universitarios al realizar el acto de procrastinar, experimentan mayores niveles de ansiedad. Por ello, se incentiva la creación de programas de regulación emocional, dentro de los espacios académicos.

PALABRAS CLAVES: Ansiedad, procrastinación, estudiantes, estudiantes del área de la salud.

ABSTRACT

Objective: to determine the relationship between state-anxiety and trait-anxiety with academic procrastination in university students at a University of Lima in the year 2024. A correlational investigation was carried out, with a non-experimental and cross-sectional design. Sample: 487 students, made up of 216 men and 271 women, aged between 18 and 30 years, who are studying cycles from the 1st cycle to the 10th cycle. Data collection was carried out through online and in-person surveys, using the instruments: State-Trait Anxiety Inventory (IDARE) and the Academic Procrastination Scale (APS-S). The results show a positive assessment of the variable academic procrastination and trait anxiety, finding a significance greater than .050. Regarding determining the differences between state and trait anxiety with age and sex, in both cases no significant differences were found, giving a significance greater than .050. Finally, in terms of determining the existence of differences between procrastination and age and gender, in the case of gender a significance was found, otherwise with age, in which no differences were found.

Conclusions: When university students carry out the act of procrastinating they experience higher levels of anxiety. For this reason, the creation of emotional regulation programs is encouraged within academic spaces.

KEYWORDS: Anxiety, procrastination, students, students in the health area.

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

A medida que el ser humano se desarrolla de forma física, psicológica y cognitiva, adquiere nuevas responsabilidades y compromisos, haciendo común la postergación del inicio o la finalización de tareas, trabajos o proyectos y el priorizar otro tipo de actividades, lo que puede derivarse del poco interés, de esta forma dando la sensación al individuo de poseer elección sobre el tiempo en el que lo realizará (Atalaya y García, 2020).

La UNESCO para la Educación Superior en América Latina y el Caribe (IESALC), menciona que, los estudiantes universitarios no tienen adecuadamente formada las competencias de la autorregulación y disciplina, lo que puede conllevar al aplazamiento de tareas (UNESCO, 2023). Cabe destacar que el Instituto Nacional de Estadística e Informática, realizó la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES, 2021), los resultados obtenidos mostraron el inadecuado control de las emociones que provienen desde corta edad, siendo así que, 7 de cada 10 niños de entre 24 a 71 meses, tiene dificultades para autorregular sus emociones y comportamiento, frente a situaciones de estrés.

Minedu LAB (2024), reportó que es clave mantener metas específicas para reducir la procrastinación, ya que causa problemas con el rendimiento académico y perjudica su estilo de vida y hábitos de salud, el objetivo del programa es resolver el problema de la procrastinación y ayudar a los estudiantes a mejorar su rendimiento académico a través de un mejor autocontrol. De esta forma contrarrestar el nivel de deserción, el cual en el año

2022 - 2 obtuvo un porcentaje de 12,6% en universidades privadas. Por lo tanto, puede conllevar a consecuencias como, que la calidad de los profesionales egresados sea menor, debido a ello es poco probable la obtención de un buen ingreso económico, haciendo que la persona no pueda solventar actividades de ocio, así como acceso a recursos de salud, lo que afecta su calidad de vida (Gaspar et al. 2023).

En palabras de Arrieta (2019) en esta nueva etapa, el estudiante universitario al atravesar nuevos cambios genera nuevas responsabilidades, lo que conlleva a una inadecuada gestión de tiempo en búsqueda de un equilibrio de sus actividades académicas y ocio, junto a riesgos psicosociales y expectativas familiares. A la vez, los estudiantes pasan por cambios en otros ámbitos de su vida aparte del escolar, como el personal, económico entre otros, para ellos, el poder esforzarse y mantener buenas calificaciones ejerce una gran presión acompañado de síntomas subjetivos como la ansiedad, preocupación y malestar (Silva-Ramos et al., 2020)

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2019) determinó que el 13% de la población mundial padece de algún trastorno mental. Los más vistos en el ámbito de la salud son la ansiedad y depresión que cuentan con un porcentaje de al menos un 19.27% (niños y adolescentes). Mientras que, en el 2021, hace mención de que un 29% presenta ansiedad por diversos factores psicosociales afectando un desarrollo adecuado en su entorno. Dentro del mismo año, se determinó que un 41,6% de la población estudiantil tiene ansiedad a nivel mundial. Acontecimientos recientes como el COVID-19 han remarcado la importancia de la salud mental, siendo así que hubo un aumento de un 25% en ansiedad a nivel mundial a raíz de la pandemia (OMS, 2022).

En el caso de América Latina, un 32% de la población ecuatoriana presentó niveles altos de ansiedad el cual afecta su calidad de vida (OPS, 2021). Se estima que en México un 19.3% de la población padece de ansiedad grave y un 31.3% presenta niveles mínimos de ansiedad (INEGI, 2021). Por otro lado, se estima que en Chile 7 de cada 10 personas presentan un problema psicológico relacionado al estrés laboral y académico, así también, más de un millón de chilenos (6.5%) tienen problemas de ansiedad (OPS, 2022).

En el Perú, el Ministerio de Salud (MINSA, 2022), recalcó que la población experimentaba problemas relacionados a la salud mental, señalando que la población adulta representa un mayor porcentaje (35.18%), seguida de la población joven (22.17%), infantes (17%), adolescentes (14.50%) y finalmente los adultos mayores (11.6%). Siendo de las más resaltantes, con 28.81% el diagnóstico de trastorno de ansiedad, seguida de la depresión con un 17.57%. A nivel universitario se halló que un 85% de estudiantes presentan diversos problemas relacionados a la salud mental, encabezando así la ansiedad con un 82% como la más alarmante, seguida del estrés con un 79% y violencia con 52% (MINEDU y MINSA, 2019).

De esta forma se concluye que, las variables de procrastinación académica y ansiedad son de gran relevancia en la actualidad por ser consideradas problemáticas de vital importancia en nuestro entorno, al haber sido experimentadas al menos una vez en determinadas situaciones, lo que incluso puede llegar a afectar de forma psicológica, académica o social, los objetivos propuestos por el individuo (Tapia & Príncipe, 2018).

Ampliando más las variables relacionadas a la procrastinación, a nivel internacional la investigación realizada en Suiza, por Barel et al. (2023), busca la relación entre procrastinación académica y ansiedad estado bajo los factores endocrinos, en los que participaron 88 universitarios los cuales se conformaron por 29 hombres, 32 mujeres que en ese periodo de tiempo se encontraban utilizando anticonceptivos y 27 que se encontraban en fase lútea. Se utilizó la Escala de Procrastinación General (GPS, 1986) y el Inventario de Ansiedad Estado y Rasgo (STAI, 1983), se trabajó bajo el enfoque cuantitativo de alcance correlacional y corte transversal. Los resultados mostraron una correlación de forma positiva con la ansiedad estado con un $.40$ ($p > .001$), explicando que mientras los niveles de ansiedad incrementan, mayor era la procrastinación. Así también, un 35.67 (11,29) % de mujeres que se encontraban en fase lútea presentaban ansiedad estado, seguido de las mujeres que ingerían anticonceptivos, las cuales conformaban un 33.19 (9,52) % y finalmente los hombres con 29,59 (8.52) %.

El estudio multicéntrico realizado por Mejía et al. (2023), en 16 universidades, ubicadas en 10 países de Latinoamérica (Panamá, Guatemala, Costa Rica, Venezuela, Paraguay, Colombia, Ecuador, Bolivia, Chile y Honduras), tuvo como objetivo encontrar las principales causas ligadas a la procrastinación, siendo el primer reporte que abarcó a varios países de América Latina. Se utilizó el diseño transversal - analítico y la Escala de Procrastinación General y Académica de Busko (1998). Se halló que los hombres 499 (35.0) % y las mujeres 425 (27,4) % cuyas edades oscilaban entre 20-22 mostraban mayor predisposición a procrastinar y un 31,1% de los encuestados se consideraban procrastinadores. Las carreras como Derecho ($p = .044$), seguido de la carrera de

Psicología ($p = .043$) y Contabilidad ($p = .040$) son las que tienen más inclinación a procrastinar.

El estudio realizado por Balladares y Gómez (2023) en el cual se investiga mediante un estudio cuantitativo, con diseño descriptivo correlacional la relación entre la procrastinación académica y ansiedad frente a los exámenes de una universidad de Paraguay, la población constó de 433 estudiantes de las carreras de nutrición y enfermería. Se utilizaron pruebas como la escala de ansiedad frente a los exámenes (C-TAS) y la escala de procrastinación académica (EPA), arrojando resultados significativos, entre la postergación de actividades y ansiedad frente a los exámenes, la que fue directamente proporcional ($Rho = .329$), mientras que autorregulación y ansiedad fue inversamente proporcional ($Rho = -.295$). Los resultados hacen mención que en las dimensiones como regulación y postergación pertenecientes a procrastinación existe el riesgo, en cuanto a ansiedad hay un porcentaje sobresaliente de un 10.2% mostrando mayor tendencia de las mujeres a comparación del sexo masculino.

Un estudio realizado en Ecuador por Altamirano y Rodríguez (2021), sobre procrastinación académica y ansiedad, el cual se realizó bajo un enfoque cuantitativo de alcance descriptivo - correlacional y corte transversal, con una población de 50 (39 mujeres y 11 hombres) estudiantes universitarios, los cuales abarcaban entre el primero y décimo ciclo de la carrera de psicología. Se empleó la Escala de Procrastinación académica de Busko (EPA, 1998) y la Escala de valoración para la Ansiedad de Hamilton, los cuales dieron como resultados, que en las dimensiones de procrastinación académica, la postergación de actividades se posicionó en mayor frecuencia en el nivel promedio (52%)

y en autorregulación académica, la mayor frecuencia se dio de igual forma en el nivel promedio (48%), en cuanto la relación con el ciclo que cursa, las dos dimensiones tuvieron mayor frecuencia en el nivel promedio: postergación con un 52% y autorregulación con 48%, resalta el hecho que los estudiantes de primer ciclo postergaba en menor frecuencia (34,3 bajo) que los que cursan noveno (33,3 alto), de igual forma para autorregulación los de primero mostraban mejores resultados (57,1% alto) que los de noveno (33,3% bajo); en la variable ansiedad dominó el nivel leve (54%). Por último, si existe una correlación estadísticamente significativa entre procrastinación y ansiedad ($p = .029$), correlación positiva y moderada ($Rho = .309$).

En cuanto a estudios nacionales, en el Perú, el estudio realizado en la Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios por Araoz y Uchasara (2020), en el cual a 220 participantes se les aplicó la Escala de procrastinación académica y la Escala de Autovaloración de Ansiedad de Zung, siendo un estudio de tipo cuantitativo, de diseño no experimental. Los resultados mostraron que el 38,4% de estudiantes presentan un alto nivel de procrastinación, en cuanto a la postergación académica mantenían un nivel alto con un 29,8%, sin embargo, la autorregulación académica obtuvo un puntaje bajo con un 32,4%, existe una relación directa y significativa entre procrastinación académica y ansiedad ($\rho = .359$; $p < .05$), concluyendo que, a mayor procrastinación habrá mayores niveles de ansiedad.

En Lima, Manchado y Hervías (2021) llevaron a cabo el estudio sobre la procrastinación académica, ansiedad ante las evaluaciones y rendimiento académico en 201 estudiantes universitarios, seleccionados bajo un muestreo no probabilístico. Se utilizó

la escala de procrastinación académica (EPA), Inventario de Ansiedad frente a los exámenes (GTAI-A), con enfoque cuantitativo de tipo correlacional. Los resultados mostraron que un 45,3% reflejan un nivel alto de ansiedad y un 28,9% un nivel alto, además de que la procrastinación es un hecho presente en esta población, siendo la media obtenida 30,3, por último, hay dos factores de ansiedad están significativamente relacionado con la procrastinación, la interferencia ($r = .335$; $p \leq .01$) y falta de confianza en uno mismo ($r = -.169$; $p \leq .05$).

Finalmente, en Lima Metropolitana, los investigadores Guerra y Angeletti (2019), realizaron el estudio sobre la correlación entre la procrastinación académica y la ansiedad rasgo en 200 estudiantes universitarios. Se utilizó la adaptación de Domínguez et al. (2014) de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y el Inventario de la Ansiedad estado - rasgo (IDARE) de Spielberger, se utilizó el enfoque cuantitativo con alcance correlacional. Los resultados mostraron una débil correlación entre las variables procrastinación y ansiedad rasgo ($r=.068$), autorregulación y ansiedad rasgo ($r=.152$) y postergación de actividades y ansiedad rasgo ($r=.158$), se llegó a determinar que hay una débil correlación.

Habiendo reportado anteriormente los antecedentes, ahora es importante pasar a conocer teóricamente a cada una de las variables de estudio, para conocer a qué se hace referencia cuando se habla de cada una de ellas.

Sobre la ansiedad, se han reportado algunos conceptos o definiciones, por ejemplo, la de Spielberg et al. (1975), quienes indican que la ansiedad es una sensación emocional desapacible producida por estímulos externos, como resultado produce cambios en la

conducta y físicos. También considera que la ansiedad rasgo está conformada por factores personales, es decir, es independiente de su entorno, el cual bajo su percepción presenta variables amenazantes, lo que lo lleva a responder a estas situaciones con una mayor tensión generando una sobrerreacción y malestar en la persona, la ansiedad rasgo debe cumplir con una situación específica anteriormente condicionada por experiencias previas, la duración de ellos es equivalente a la interpretación de amenaza que sienta el sujeto, mientras que en el caso de ansiedad estado se desencadena si representa un peligro real para este. De igual forma expresaron que, lo que genera un estado de ansiedad en la persona es la presión surgida a raíz de la presencia de un estímulo que genera malestar. Dicho malestar al estar en un constante contacto con la situación llegará a desencadenar una respuesta de ansiedad hacia la persona, si ello llega a amplificar los niveles de ansiedad estado, se convertiría en una respuesta frecuente ante la situación, desencadenando lo que se conoce como ansiedad rasgo. Es decir, la ansiedad estado se caracteriza por ser una situación pasajera, la cual puede llegar a variar con respecto a la intensidad, representado por tensión, aprensión y nerviosismo, mientras que la ansiedad rasgo se caracteriza porque llega a ser una consecuencia de la constante exposición de la situación que genera una tensión en el sujeto de forma aprendida.

Para fines de este estudio, para ello, se recurrirá a la teoría de Spielberger et al. (1966), la cual fundamentó que, se debe cumplir con ciertas características en las cuales puedan llevar la distinción acerca del concepto ansiedad rasgo-estado y la forma en la cual será medido; es primordial reconocer y diferenciar los estímulos que puedan llevar a cabo para poder rechazar y/o disminuir los mismos. En cuanto a las dimensiones, se encuentra

ansiedad-estado que consiste en un estado pasajero e identificable por el sujeto que causa cambios físicos y conductuales, mientras que en ansiedad-rasgo tiene como idea central la predisposición de otros factores de su entorno como amenazantes, cumpliendo una situación específica anteriormente condicionado por experiencias previas.

Igualmente, otra de las teorías relevantes en ansiedad es la teoría de Watson, la cual respalda que la ansiedad es una respuesta conductual y fisiológica cuando el individuo se encontraba en circunstancia de riesgo. Asimismo, recalca que, el comportamiento ya fue aprendido con anterioridad gracias a sus experiencias previas, en base al conductismo frente a la ansiedad se considera que es una respuesta condicionada y que lleva a la persona a una respuesta conductual (Cano et al,1994).

La ansiedad de por sí según Marks (1986) sostiene que es un conjunto de diversos factores ya sean psicólogos y/o fisiológicos en el cual influye el estado de ánimo de la persona sobre cargándose de manera negativa denominada “crisis”, es decir, que no logra distinguir el peligro de su entorno en situaciones reales, sino que está más relacionado a la preocupación excesiva hacia su futuro siendo difícil llegar reconocer. Por lo tanto, la ansiedad puede llegar a ser habitual en situaciones estresantes, pero cuando estos llegan a ser desmesurados empiezan a manifestarse mediante palpitaciones, sentirse tenso, sentimiento de inquietud, entre otros. Sin embargo, debemos diferenciar entre el miedo y la ansiedad debido a que el miedo llega a ser un temor a algo situacional por lo tanto está ligado al estímulo que genera mientras la ansiedad es preocupación excesiva hacia lo imprevisto.

Otra de las teorías conocidas en la ansiedad es la de Beck (1970) establece que para poder hablar de ansiedad se debe tomar en cuenta la interpretación de la persona ante los eventos ocurridos es de suma importancia, producto de las malas experiencias debido a ello, estos pueden ser percibidos como amenazantes. Asimismo, se desarrollan creencias irracionales producto de la distorsión sobre uno mismo, el futuro y su entorno, mostrando respuestas no solo evitación o huida sino también a nivel fisiológico.

Abraham Maslow (1954) define que la ansiedad nace desde la propia experiencia individual, sucede cuando entra en conflicto el “yo ideal” del “yo real”; nuestras necesidades de autorrealización no se cumplen por diversos factores, generando aspectos cognitivos displacenteros al igual que al nivel fisiológico los cual tiene como consecuencia comportamientos poco adaptativos con el entorno.

Finalmente, para Hull (1943) refiere que, la ansiedad sirve como motivación a un estímulo a manera de impulso determinado, asociando el incentivo que se pueden llegar a presentar sean condicionados o incondicionados respondiendo de una manera emocional. La ansiedad guiada a la conducta aumenta al aparecer una conexión funcional por un reforzador alcanzado en el pasado. Entonces, la ansiedad es aprendida por observación y procesos de modelado creando una confrontación teniendo como respuesta la lucha y huida.

Por otro lado, ahora se pasará a explicar el marco teórico de la variable procrastinación. Ellis (1977), menciona que es ocasionada debido a que el individuo se propone metas académicas que son inalcanzables y poco objetivas para sus capacidades,

esto derivado de sus creencias irracionales, lo que va a conllevar en mayor medida al fracaso de la realización de estas y para poder evitar este malestar emocional, retrasa la realización de sus actividades académicas, de forma que sea demasiado tarde para desarrollarlas de forma adecuada, lo que le da una excusa a sí mismo del porqué no desarrolló sus trabajos de forma correcta, por otra parte, Busko (1998), indica que la procrastinación académica se define como el acto de aplazar siempre o casi siempre una actividad; o aseverar que será desarrollada de forma plausible en un plazo de tiempo, dando motivos o excusas, esto con el fin de disminuir su culpabilidad. Por otro lado, Ferrari et al. (1995) indican que la procrastinación es el retrasar un proyecto o trabajo de poco interés por el malestar que este genera, dando más atención a sus relaciones sociales que a la realización de sus deberes, de esta forma dando la sensación al individuo de poseer elección sobre el tiempo en el que los realizará, aunque en realidad no llegue a completarlas (Atalaya y García, 2019). Por otro lado, Chan (2011), menciona que la procrastinación es una barrera para la toma de decisiones y la resolución de problemas a la hora de decidir si cumplir con las obligaciones académicas o satisfacer las necesidades del entorno. Rothblum et al. (1986) comenta que este es el retraso o aplazamiento de las tareas académicas hasta que el individuo llega al límite de experimentar ansiedad.

Para fines de la presente investigación se recurrirá a la Teoría Racional Emotiva Conductual (TREC), propuesta por Albert Ellis y Knaus (2002), quienes refieren que la procrastinación académica es la postergación de actividades hasta un determinado momento, debido a las creencias irracionales, siendo los estudiantes los que se encuentran en esta población vulnerable, esto trae con ello problemas escolares, como el bajo

rendimiento académico en los diferentes grados y la deserción estudiantil. En este proceso, se puede sentir ansiedad, depresión, angustia, falta de reconocimiento positivo hacia sí mismo y sentimientos de inutilidad. Asimismo, refiere que la procrastinación es consecuencia de la hostilidad, frustración y autolimitación. El modelo ABC, desarrollado por Ellis, el cual se basa en la forma y contenido del pensamiento de la persona: el cómo piensan acerca de sus situaciones y las creencias que desarrollan sobre sí mismas, los demás y el mundo en general. Estas creencias se consideran irracionales, es decir, no se basan en objetivos ni en datos verificables, y a la persona le resulta difícil alcanzar las metas que se propone alcanzar debido a estas. Pero no es que no piense, sino que hace mal uso de sus pensamientos y sentimientos.

Con este modelo, se señala que la procrastinación tiene su inicio en el sistema de creencias del individuo, lo que es su punto de vista, interpretación, creencia u opinión sobre un evento o situación, la cual es causante de perturbar emocionalmente al estudiante, es aquí en donde sus creencias irracionales salen a flote, las cuales tienen como característica ser ilógicas y disfuncionales, a diferencia de las creencias racionales las cuales son lógicas, prácticas y, a menudo, toman forma de preferencias (deseos o expectativas), es así que como consecuencias las creencias irracionales hacen que surjan emociones de incomodidad, vergüenza o incapacidad en una persona, por consiguiente ésta comienza a retrasar la realización del trabajo o tarea hasta que se le hace difícil o imposible realizarla adecuadamente, por lo que evita cuestionar sus capacidades y habilidades.

Por otro lado, otra teoría importante es la de Busko (1998), quien señala que la procrastinación no sólo debe ser evaluada en el aspecto académico, ya que también este se

presenta en las diferentes áreas en las que nos manejamos, ya sea el aspecto laboral o familiar, esto debilita el sentido de control y manejo que se tiene en la ejecución de las responsabilidades, lo que repercute en su medio social y la forma en cómo interactúa con este. Al ya no ser capaz de poder desarrollar sus labores en el tiempo en que se estima, crea desconfianza hacia nuestra toma de decisiones. Asimismo, se ve como la forma voluntaria de dejar tareas para otro momento.

Skinner (1977) plantea al modelo conductual como explicación para lo que es la procrastinación, este modelo explica que la conducta se preserva cuando es repetida y persiste por sus efectos de recompensa, es por ello que esta teoría refiere a la procrastinación como actividades a corto plazo que pueden llegar a generar satisfacción en el individuo, reforzando la idea de que obtienen “premios” de manera implícita en un lapso corto de tiempo (Ferrari y Emmons, 1995); la teoría afirma que el individuo retrasa sus actividades, ya que no llegan a ser de interés en el estudiante, generando así la procrastinación (Quant & Sánchez, 2012)

De esta manera se concluye la explicación del marco teórico de las dos variables, que ayuda a comprender cómo es el comportamiento de cada una de ellas. Para terminar esta parte, es importante complementarlo con el marco conceptual, por lo que a continuación se resume las definiciones más importantes de las variables y dimensiones:

Ansiedad. Spielberg (1966) alega una distinción entre la ansiedad rasgo (AR) y estado (AE) señalado que en la primera llega a un estado constante en el cual la persona no logra diferenciar las amenazas de su entorno generalizando la situación de peligro. Y la

ansiedad estado (AE) alude a una circunstancia transitoria en el cual la persona puede llegar a identificarlo mediante lo subjetivo, tensiones e hiperactividad del sistema nervioso autónomo.

Procrastinación. De acuerdo con Ellis (2002), es la tendencia a posponer las actividades o trabajos académicos, debido al sistema de creencias irracionales las cuales hacen que el individuo tenga expectativas o metas demasiado altas y poco realistas a respecto del trabajo o proyecto a cumplir, también estas creencias pueden hacer que el estudiante presente inseguridad con respecto a sus habilidades y el temor al fracaso.

Este estudio cobra realmente importancia, lo que se justifica de la siguiente manera: Como justificación teórica del presente estudio se enfatiza la relevancia de investigar la relación entre la procrastinación académica y ansiedad-estado como ansiedad-rasgo, dado que desde el aspecto teórico, recomiendan investigar estas variables en una población universitaria debido al grado de procrastinación hallado en esta población y la relación que esta tiene con la ansiedad, de forma más específica se enfocan en la ansiedad rasgo y ansiedad estado de Spielberger (1996). Además, se busca aportar al campo académico un referente para futuras investigaciones, que tomen a la ansiedad-estado y ansiedad-rasgo como dimensiones principales de manera complementaria al momento de estudiar a la variable procrastinación y viceversa. Este estudio rescata la importancia de la investigación científica, al estar enfocado en la metodología cuantitativa.

Por otro lado, desde la justificación práctica, este trabajo busca proponer la creación de programas guiados al manejo de las emociones, dentro de los espacios académicos, en

los cuales se pueda llevar un proceso terapéutico o retención del individuo cuando se encuentra en un estado de estrés.

Por último, desde la justificación social, la presente investigación busca concientizar sobre estas dos variables y su impacto en la población universitaria e incluso general; de igual busca brindar información importante a futuros estudios que apoyen a su realización y búsqueda de posibles causas, consecuencias y programas de intervención que ayude al colectivo social y a futuro ayudar a los universitarios a consolidar sus estudios superiores, sin caer en el riesgo del abandono universitario como consecuencia de no haber manejado a tiempo estas variables.

Luego de resaltar la importancia de este estudio, se utiliza la siguiente pregunta para formular el problema de investigación: ¿Existe relación significativa entre la ansiedad-estado y la ansiedad-rasgo con la procrastinación académica en estudiantes de una universidad de Lima? Y como preguntas específicas: ¿Existen diferencias estadísticamente significativas de la ansiedad-estado y ansiedad rasgo según el género y la edad? Y finalmente, ¿Existen diferencias estadísticamente significativas de la procrastinación según el género y la edad?

Por otro lado, se tiene como objetivo principal el determinar si existe relación entre ansiedad-estado y la ansiedad-rasgo con la procrastinación académica en los estudiantes de una universidad de Lima. De igual forma también se cuenta con los objetivos específicos, los cuales son: Determinar las diferencias estadísticamente significativas de la ansiedad-

estado y ansiedad rasgo según el género y la edad. Y finalmente, determinar las diferencias estadísticamente significativas de la procrastinación según el género y la edad.

Por último, luego de revisar los datos teóricos y empíricos de ambas variables de estudio, se plantea la hipótesis general de que sí existe relación significativa entre ansiedad-estado y la ansiedad-rasgo con la procrastinación académica en los estudiantes de una universidad de Lima. Mientras que, a un nivel más detallado, se plantearon dos hipótesis específicas, las cuales responden a los dos objetivos específicos anteriormente planteados: Sí existe diferencias estadísticamente significativas de la ansiedad-estado y ansiedad rasgo según el género y la edad. Y finalmente, sí existen diferencias estadísticamente significativas de la procrastinación según el género y la edad.

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

La presente investigación es de tipo sustantiva, es decir, se buscó aportar nuevos conocimientos que contribuyan a la sociedad mas no realizar la aplicación práctica de los hallazgos (Esteban, 2018).

De igual forma, se trabajó bajo un enfoque de tipo cuantitativo, ya que, la

recolección de información se hizo por instrumentos estadísticos además de hallar la correlación de las variables mediante análisis numéricos, con ello se busca la objetividad del estudio (Hernández et, al 2018).

Asimismo, la investigación es un estudio de tipo no experimental, ya que las variables no se manipulan, se limita a la observación y análisis de los fenómenos dentro de su contexto natural; de corte transversal, porque la recolección de datos se realizó en un momento específico de tiempo. De igual modo es de nivel descriptivo de tipo correlacional, dado que busca describir las variables y hallar la relación que existe entre ellas, en este caso procrastinación académica y ansiedad en universitarios de las carreras de Comunicación, Ingeniería y Psicología, de una universidad de Lima Norte (Hernández et al., 2018).

Una población es un grupo limitado o ilimitado de elementos, individuos u organizaciones que son el foco de estudio y comparten rasgos similares (Hernández, et al, 2018). La presente investigación tiene como población a los estudiantes de las carreras de psicología, ingeniería y comunicación de una universidad de Lima Norte, constituida por 2641 personas. La cantidad total de la población se obtuvo por medio del Coordinador del área de Psicología de la universidad donde se realizó el estudio.

Por otro lado, la muestra fue tomada bajo la técnica de muestreo no probabilístico por conveniencia, porque los participantes fueron elegidos según criterios marcados por las propias investigadoras y no al azar, dando una cantidad de 487 participantes. Es importante señalar que la muestra se eligió con base en los siguientes criterios de inclusión.

1. Estudiantes universitarios hombres y mujeres.
2. Estudiantes universitarios que estén cursando los ciclos académicos de entre 1 ciclo a 10 ciclo de las carreras de psicología, comunicación e ingeniería.
3. Estudiantes universitarios de edades entre 18 a 30 años.

Los criterios de exclusión son:

1. Estudiantes universitarios que no pertenezcan a la carrera de psicología, ingeniería y comunicaciones o a la universidad seleccionada para la investigación.
2. Estudiantes universitarios hombres o mujeres que no deseen participar en la investigación.

Esta investigación se realiza utilizando la técnica de recolección de datos, bajo el instrumento: cuestionario. Los participantes darán respuesta a dos cuestionarios, uno para cada variable. A continuación, se detallan las dos pruebas psicométricas utilizadas:

Instrumento 1: Escala de Procrastinación Académica – versión reducida (APS-S)

Nombres : Escala de Procrastinación Académica (APS - S) de McClosky

Autor original y año : McClosky (2011)

Adaptación peruana	:	Bravo, A. A., Dongo, D. B., & Rabanal, D. G. (2022)
Aplicación	:	Adolescentes y adultos
Evalúa	:	Procrastinación académica
N° items	:	5
Dimensiones	:	Unidimensional
Validez	:	La validación se da a través de la correlación con las dimensiones de autoeficacia académica ($r = -.319$; $p < .001$) y rendimiento académico ($r = -.146$; $p < .001$)
Confiabilidad	:	La confiabilidad se midió mediante los coeficientes de alfa ordinal ($\alpha_{ord} = .867$), y omega ordinal ($\omega_{ord} = .849$).

El instrumento original se denomina The Short Form of the Academic Procrastination Scale (APS-S), de procedencia estadounidense, que fue traducido al español y significa Forma Corta de la Escala de Procrastinación Académica, creada en 2011 por McCloskey, con el objetivo de evaluar la procrastinación académica de forma más rápida y fiable.

Este cuestionario es de autoinforme, de aplicación individual y colectiva, con el fin de medir la procrastinación académica y ansiedad rasgo y estado. El tiempo de ejecución

es de 10 a 15 minutos, contiene 5 ítems de respuesta tipo Likert con cinco opciones de respuesta desde 1 (total acuerdo) a 5 (total desacuerdo), con un rango aproximado de puntuación de 5 a 25.

En cuanto a la estructura, la validez de contenido se realizó a través de ocho doctorados en Psicología y experiencia en el campo de investigación, los cuales calificaron de 0 a 3 los ítems, calculando los índices de V de Aiken a partir de las respuestas, obteniendo valores de .917 (ítems 1 y 2) y 1 (ítem 5), ello excede el punto de corte de .70, se consideró el intervalo de confianza al 95%, cabe destacar que en todo momento los límites inferiores fueron mayor a .70. Sobre la validez en relación con la estructura interna, se obtuvo las cargas de factor estandarizado de ítems de escala que oscilaron entre .65 (ítem 5) y .76 (ítem 4), las cuales resultaron ser en su totalidad relevantes ($p < .001$). El análisis factorial de correspondencia (AFC) mostró un óptimo ajuste entre el modelo de medición hipotético y los datos de manera que los índices CFI y TLI de ajuste comparativo, fueron mayores que .95 y los índices de ajuste absoluto RMSEA y SRMR fueron menores que .06 y .05, de forma respectiva. Para la validez con relación a otras variables, se buscó dar como evidencia de validez divergente, las puntuaciones de la APS-S se correlacionaron con el puntaje obtenido de la Escala de Autoeficacia Percibida en Situaciones Académicas, de igual forma con el promedio ponderado en el tiempo, lo que arrojó coeficientes de Pearson negativos y de relevancia, sin embargo, el impacto fue grande y pequeño, en el orden dado.

En cuanto a las evidencias de confiabilidad, debido al origen ordinal del test, se

determinó utilizando el índice alfa y omega, ambos de forma ordinal, los puntajes obtenidos fueron .867 y .849, respectivamente, lo que permite valorarlo como muy buenos. Finalmente, en cuanto a la equidad, se realizó un estudio de invarianza factorial de acuerdo con el sexo, ello para determinar que los participantes de sexo masculino y femenino tengan una comprensión cercana y adecuada de la prueba, dando como resultado,

Instrumento 1: Inventario de Ansiedad Estado - Rasgo (IDARE)

Nombres	:	Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE)
Autor original y año	:	Spielberg (1970)
Adaptación peruana	:	Anicama, Pizarro, Pineda, Vallenas, Aguirre 2021(IDARE)
Aplicación	:	Adolescentes y adultos
Evalúa	:	Ansiedad rasgo y Ansiedad-estado
Nº items	:	40
Dimensiones	:	Bienestar estado, bienestar rasgo, ansiedad estado, ansiedad rasgo
Validez	:	La validación se da a través de la correlación con las dimensiones de autoeficacia académica ($r = -.319$; $p < .001$) y rendimiento académico ($r = -$

.146; $p < .001$)

Confiabilidad : La confiabilidad se midió mediante los coeficientes de alfa ordinal ($\alpha_{ord} = .867$), y omega ordinal ($\omega_{ord} = .849$).

El instrumento original se titula State-Trait Anxiety Inventory (STAI), de la cual en español se traduce como Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE), creado por Spielberger, R.L. Gorsuch y R.E. Lushene procedente Estados Unidos (1970) con la finalidad de evaluar los estados de ansiedad.

Este cuestionario es de autoinforme, de aplicación individual y colectivo con el objetivo de investigar e identificar el fenómeno ansiedad se encuentra en un estado transitorio (ansiedad-estado) o una condición como parte de su personalidad (ansiedad-rasgo). El tiempo de aplicación dura 15 minutos aproximadamente.

Para la presente investigación se recurrió al instrumento validado por Anicama. et al. (2021) quienes estudiaron las pruebas psicométricas del IDARE en estudiantes universitarios de una universidad de Lima. Está compuesto por dos escalas: ansiedad rasgo con 20 ítems y ansiedad estado con 20 ítems, que se expresan en escala likert: 1) casi nunca, 2) algunas veces, 3) frecuentemente y 4) casi siempre. La puntuación varía para cada escala entre 20 a 80 puntos, mientras sea mayor la puntuación se presentará mayor ansiedad.

En cuanto a la estructura, la validez de contenido se obtuvo a través del juicio de 10 expertos en psicología y en el campo de investigación, tomando en cuenta los diversos

criterios de relevancia, pertinencia y claridad. Correspondiente con el V de Aiken en ansiedad rasgo, se adentra entre 0.90 a 1.0 para los 20 ítems de esta escala, en caso de ansiedad estado tomando los antiguos criterios ya mencionados se encuentra entre 0.80 a 1.0 para los 20 ítems de esa escala. Una segunda prueba realizada por criterio de jueces radica en la prueba binomial, siendo así, que los resultados aceptados por el juez sean de mayor a un 90%, con relevancia ($p < .05$); lo cual nos permite discriminar en ambas variables de forma significativa entre ansiedad y no ansiedad.

Se realizó un análisis discriminativo ítem-test donde la puntuación mínima es de .20; para ello se evidenció que el ítem 34 perteneciente a ansiedad rasgo, no cumple con los criterios mínimos, apartándose de los análisis posteriores. Se desarrolló la prueba Kolmogorov-Smirnov, mostrando que se interrumpió la ilación de la curva con normalidad ($p < .05$); en consecuencia, para ambos instrumentos se utilizaron estadísticas no paramétricas.

En el caso de validez convergente o externa, muestra correlación de Spearman que determina la relación entre la Escala ansiedad- estado con el cuestionario de ansiedad social para adultos (CASO A-30) con certeza de $r=32$ con significancia menor (.01). En la Escala de ansiedad rasgo con la prueba, se evidencia $r=522$ con significancia menor (.01), manifiesta que, a mayor ansiedad rasgo- estado, habrá mayor ansiedad social.

Correspondiente al análisis factorial exploratorio, se obtuvo un valor $KMO= .912$ a nivel sobresaliente y en la prueba de esfericidad de Barlett cuenta con una puntuación altamente significativa de $p < .001$, considerando una adecuada muestra de análisis

factorial. Para el presente estudio se utilizó un método de rotación oblicua, oblimin directo, recomendadas en caso de que la distribución se encuentre desviada.

Por otro lado, en caso del análisis factorial confirmatorio, los resultados obtenidos como la distribución, en base al análisis factorial exploratorio. Los indicadores propuestos en la estructura de ansiedad rasgo-estado a comparación de la original (dos escalas) con el modelo adaptado (cuatro escalas), se evidencia un índice de bondad de ajuste absoluto con valores de SRMR = .065, RMSEA= .055, considerándose valores aceptables, sin embargo, los índices de ajustes comparativos con valor de CFI= .87 y TLI= .862 se encuentren cerca del valor aceptable $> .90$ o $.95$ lo cual respalda el modelo de cuatro escalas y no solo el modelo original.

En base a la confiabilidad, se obtuvo de acuerdo con el estudio un alfa de Cronbach de .863, donde en referencia a la escala de confiabilidad se consiguió un puntaje de .867, el cual es considerado como un nivel adecuado de confiabilidad, el cual presenta valores requeridos de $\alpha > .70$. Así mismo, los valores omegas de McDonald se encuentran en un nivel adecuado de .863 y .868. Dentro de los valores de la escala de bienestar rasgo se muestra un valor obtenido de .790 de alfa de Cronbach y en ansiedad rasgo un alfa de Cronbach de .889, donde se muestra un valor adecuado de confiabilidad. Los valores omega de McDonald se encuentran en un nivel aceptable de .890, en ambos casos. Correspondiente a las correlaciones por mitades de Guttman con valores estadísticos de .70 y .80; En el caso del coeficiente de Spearman-Brown mayores a .70. y .80, presentando de esta manera un nivel de correlación en las cuatro escalas: ansiedad rasgo, ansiedad estado, bienestar rasgo y bienestar estado $\alpha > .70$. Asimismo, los valores obtenidos por medio de omegas de McDonald se encuentran en un nivel adecuado de .863 y .868.

Para la recolección de datos, se procedió a aplicar los cuestionarios APS-S e IDARE, los cuales han sido adaptados en Perú. De igual forma, estas herramientas se utilizaron para contactar a las personas y distribuir la encuesta en línea mediante el uso de los servicios de mensajería correo electrónico y WhatsApp, así como la herramienta digital “Google Forms”, dado el tiempo, lugar y su sencillez. Una vez culminado el armado del Forms, se procedió a extraer el enlace, para luego ser enviado a cada uno de los participantes, cursantes de la carrera de Psicología, Ingeniería y Comunicación de entre 1ro y 10mo ciclo, por medio del correo electrónico, redes sociales y solicitar acceso a las clases de los docentes para que así se pueda dar la recolección de datos de forma más sencilla.

Una vez obtenidos los resultados, se extrajo una base de datos en Excel de la herramienta Google Forms, en donde se encontraban todas las respuestas de los participantes. Posterior a ello, se hace el vaciado de datos del Excel al programa IBM SPSS Versión 26, en donde se realizó un análisis de datos perdidos para verificar que no haya espacio en blanco alguno para que no pueda influir en la recolección.

En cuanto el análisis estadístico, se procedió a realizar el análisis de frecuencias de los datos sociodemográficos, niveles de las variables en general y sus dimensiones, para que, luego de ello, se realice el análisis de normalidad de los datos mediante los niveles, determinando así que, los datos son de distribución no normal y que se realiza un análisis no paramétrico mediante del Rho de Spearman. Finalmente, se procedió a realizar el análisis correlacional, contrastando así cada una de las hipótesis previamente planteadas, en función a la prueba de la significancia estadística, nivel de confianza de 95%.

En cuanto a los aspectos éticos de la investigación, este estudio se encuentra regido bajo el Código de Ética del Investigador Científico UPN, aprobado en la resolución Rectoral N° 104 – 2016-UPN, ya que, en todo momento el investigador hace el tratamiento de los datos de manera confidencial. Asimismo, al momento de implementar las pruebas en el centro universitario, se les hace llegar a los estudiantes una solicitud donde se hace mención acerca de su consentimiento y el uso de sus respuestas para fines académicos, siempre aludiendo que puedan responder de manera sincera y sin prejuicios, ya que sus respuestas se mantienen en el anonimato y su información sólo será tomada en cuenta para fines académicos. (Código de ética de psicología. del Perú y APA).

CAPÍTULO III: RESULTADOS

Se empezará con el análisis de los objetivos de investigación. Pero antes de ello, se realizará el análisis de la normalidad, con el fin de conocer cuál es el comportamiento de las variables y poder elegir así los estadísticos adecuados para el tratamiento de la información. Los resultados se ven en la siguiente tabla:

Tabla 1

Prueba de normalidad para las variables

Variables	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Ansiedad Estado	,086	487	,000
Ansiedad Rasgo	,060	487	,000
Procrastinación Académica	,074	487	,000

Como se aprecia en la Tabla 1, al ser la significación menor a .050, se concluye que las variables presentan distribución no normal, por lo que se recurrirá al uso de estadísticos no paramétricos para la correlación, tal es el caso del estadístico Rho de Spearman.

Por otro lado, se dará inicio al análisis correlacional del objetivo general, el cual busca determinar si existe relación entre ansiedad-estado y la ansiedad-rasgo con la procrastinación académica en los estudiantes de las carreras de Psicología, Comunicación y Ingeniería de una universidad de Lima.

Tabla 2

Correlación de la ansiedad estado y la ansiedad rasgo con la procrastinación académica

		Procrastinación Académica
Ansiedad Estado	Coefficiente de correlación Rho	-.018
	Sig. (bilateral)	.696
Ansiedad Rasgo	Coefficiente de correlación Rho	.256**
	Sig. (bilateral)	.000

Tal como se aprecia en la Tabla 2, no se encontró correlación de la procrastinación académica con la ansiedad estado, pero si con ansiedad rasgo, debido a que en esta última la significación fue menor a .050, siendo la correlación baja positiva, lo que quiere decir que a mayor ansiedad rasgo, existirá mayor tendencia a la procrastinación, no sucediendo esto con la ansiedad estado.

De igual forma también se cuenta con los objetivos específicos, los cuales son: Determinar las diferencias estadísticamente significativas de la ansiedad-estado y ansiedad rasgo según el género y la edad.

Tabla 3

Comparación de la ansiedad-estado y ansiedad-rasgo según género

Variable	Grupos	Rangos	U de Mann-Whitney	Significación
	Femenino	239,48	28043,000	.427

Ansiedad- Estado	Masculino	249,67		
Ansiedad- Rasgo	Femenino	240,20	28239,500	.505
	Masculino	248,76		

Tal como se aprecia en la Tabla 3, la significación fue mayor que .050 lo que indica que no se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre varones y mujeres con respecto a la ansiedad estado. Con respecto a la ansiedad rasgo la significación también fue mayor a .050 lo que quiere decir de igual manera que tampoco hubo diferencias estadísticamente significativas de la ansiedad rasgo con respecto a varones y mujeres.

Tabla 4

Comparación de la ansiedad-estado y ansiedad-rasgo según edad

Variable	Grupos	Rangos	U de Mann- Whitney	Significación
	De 14 a 26 años	242,96		
Ansiedad- Estado	De 27 a 59 años	279,18	2818,500	.342
Ansiedad- Rasgo	De 14 a 26 años	242,06	2395,000	.077

De 27 a 59 309,43
 años

Como se aprecia en la Tabla 4, la significación fue mayor que .050 lo que indica que no se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los grupos de edad de 14 a 26 años y 27 a 59 años con respecto a la ansiedad estado. Con respecto a la ansiedad rasgo, la significación también fue mayor que .050 lo que quiere decir de igual manera que tampoco hubo diferencias estadísticamente significativas entre la ansiedad rasgo con los grupos de edad de 14 a 26 años y de 27 a 59 años.

Y finalmente, determinar las diferencias estadísticamente significativas de la procrastinación según el género y la edad.

Tabla 5

Comparación de la procrastinación según género

Variable	Grupos	Rangos	U de Mann-Whitney	Significación
Procrastinación	Femenino	231,69	25933,000	.030
	Masculino	259,44		

En la tabla 5 se observa una significación menor de 0.50 lo que indica que sí se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre varones y mujeres con respecto a la procrastinación, donde los varones tuvieron mayores tendencias a la procrastinación.

Tabla 6

Comparación de la procrastinación según edad

Variable	Grupos	Rangos	U de Mann-Whitney	Significación
Procrastinación	De 14 a 26 años	244,27	3182,000	.803
	De 27 a 59 años	234,79		

En la tabla 6, la significación fue mayor de 0.50 lo que indica que no se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los dos grupos de edad de 14 a 26 años y 27 a 59 años con respecto a la procrastinación.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Este estudio se planteó el objetivo principal el determinar si existe relación entre la ansiedad-estado y ansiedad-rasgo con la procrastinación académica en los estudiantes de la carreras de comunicación, psicología e ingeniería de una universidad de Lima. Los resultados indicaron que la procrastinación no tiene relación con la ansiedad estado, sin embargo, se encontró mayor relevancia con respecto a ansiedad rasgo, ya que, al ser la significación menor a .050, se concluye que hay una significación positiva. Ello indica que, a mayor ansiedad, mayor tendencia a la procrastinación, lo que no se produciría en el caso de ansiedad estado. Estos resultados coinciden con el de Guerra y Angeletti (2019), sobre la relación entre la ansiedad rasgo y la procrastinación en estudiantes universitarios peruanos de Lima Metropolitana, en el cual se encontró una correlación positiva pero débil entre procrastinación y ansiedad rasgo con una significación de .068, en cuanto a las dimensiones de procrastinación académica, tenemos a la autorregulación y ansiedad rasgo ($r=.152$) y postergación de actividades y ansiedad rasgo ($r=.158$). Se concluye que, aunque la relación entre la procrastinación académica y ansiedad rasgo es positiva pero corta, esto no se cumple con la postergación académica y la autorregulación. La teoría de Albert Ellis (2002), menciona que el estudiante maneja creencias irracionales sobre sus capacidades y habilidades, convirtiéndose en una base sólida para poder explicar la correlación positiva que se encontró entre ansiedad rasgo y procrastinación. Estos autores comentan que estos pensamientos irracionales aparecen debido a la falta de autoconfianza en las propias habilidades, lo que genera con el tiempo sentimientos arraigados de inutilidad y ansiedad, al estar expuesto por un tiempo prolongado resulta más complejo identificar y manejar los pensamientos y cambios fisiológicos de parte del individuo.

En cuanto a los objetivos específicos de la investigación, se contempla la relación entre la ansiedad-estado y ansiedad-rasgo según el género y edad. Los resultados indicaron que al ser la significación mayor que .050 no se encontraron diferencias significativas entre ansiedad-estado y género, estos resultados coinciden de igual forma con la edad, tampoco encontrándose diferencias significativas. En el caso de ansiedad rasgo la significación encontrada tanto en género como en edad, fue mayor de .050 lo que significa que no se encontraron diferencias significativas. Para ello, Balladares y Gómez (2023) en su investigación guiada a buscar la posible relación entre la variable procrastinación académica y ansiedad frente a los exámenes en universitarios de una universidad de Paraguay, en sus resultados podemos resalta el sexo masculino debido a que se muestra un porcentaje de 10.2%, indicativo de una mayor tendencia con respecto a la ansiedad, a comparación del sexo femenino. También Barel et al. (2023) en su estudio acerca de la relación de la procrastinación académica y ansiedad bajo factores endocrinos, determinó una correlación positiva con respecto a ansiedad estado con un .40, conformado por un (11,29%) de mujeres en fase lútea presentaban ansiedad estado, seguido de las mujeres tomaban anticonceptivos con un (9,52%) y los hombres con un 29,59 (8.52%). Así lo explica Spielberger (1966) en su teoría acerca de la ansiedad-estado y ansiedad-rasgo donde se fundamenta que, si se llega a identificar la situación se puede generar herramientas de cómo poder actuar, muy por el contrario, con respecto a ansiedad-rasgo, ya que, si no logra identificarlo, no logrará disminuir el sentimiento de malestar y todos los cambios fisiológicos que se genera.

A su vez, otro de los objetivos planteados acerca de este estudio, es la relación entre procrastinación entre el género y la edad, se obtuvo una relevancia según el género menor

a .050 lo que concluye que se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre varones y mujeres, dentro de ello, denota una ligera predominancia por sexo masculino. Además, muestra con una significancia mayor a 0.50 en el cual demuestra que no se encontró una en relación significativa con la edades entre los 14 a 26 años y 27 a 59 años. Mejía et al. (2023), en su estudio, relacionando a 16 universidades de diversas carreras con la finalidad de indagar las causas ligadas a la procrastinación, los resultados obtenidos demostraron que un 35.0 % de hombres y 27.4% en representación de las mujeres entre las edades de 20-22 años mostraron mayor predisposición para procrastinar. Asimismo, para Araoz y Uchasara (2020) realizaron un estudio conformado por 220 estudiantes donde se respalda que, un 38.4% de estudiantes presentaban índices altos de procrastinación y el 29.8% postergan sus actividades. Para Ellis (1977) la procrastinación está ligada de forma interna a un sistema de creencias irracionales producto de las metas inalcanzables o expuestos a sentimientos incapacidad para concretar tareas, generando un aplazamiento de actividades, teniendo como consecuencia en mayoría el deceso de estas y reforzando la idea de no ser aptos generando sentimientos de inutilidad y ansiedad en la persona.

En lo que respecta en limitaciones metodológicas, destacamos la amplia información acerca de la variable ansiedad estado-rasgo, sin embargo, en el caso de la variable procrastinación se obtuvo información limitada acerca de los datos estadísticos a nivel global, internacional y nacional, por parte de entidades y organizaciones. Por otra parte, la recopilación de datos se hizo por medio de cuestionarios de autoevaluación, lo que puede introducir sesgos y errores de memoria, aunque se haga uso de pruebas validadas, la subjetividad de los participantes puede haber subestimado o sobreestimado su nivel de ansiedad y procrastinación.

Las implicaciones de la presente investigación se pueden agrupar en implicaciones teóricas e implicaciones prácticas:

A nivel teórico se considera la vertiente cognitivo- conductual bajo el modelo de Ellis donde explica la relación entre ambas variables desde una mirada moderna.

Asimismo, esta investigación aporta una nueva mirada e información específica a la población de estudiantes universitarios de diversas carreras que podrán ser aplicados en futuras investigaciones. A nivel metodológico, los datos obtenidos brindan información para el uso de los instrumentos en estudiantes universitarios.

De forma practica se plantea mayores estudios en relación con las variables en el contexto universitario, los resultados muestran la problemática de los estudiantes universitarios, recalcando que la ansiedad viene siendo una de las consecuencias principales de la procrastinación, ello puede influir y perjudicar el estado mental de la persona, y como resultado afecta la área académica, lo que interfiere en la adecuada formación como futuro profesional. Es por ello por lo que este estudio apoya la creación de programas, los cuales están guiados al apoyo, guía y orientación de los factores que conllevan a la procrastinación, tales como: gestión de emocional, postergación de tareas, falta de motivación personal, miedo al fracaso, entre otros y consecuencias derivados de estos, como: la ansiedad, problemas de salud mental, pérdida de oportunidades, entre otros.

Referencias

Altamirano Chérrez, Cynthia Estefanía, & Rodríguez Pérez, Mayra Lucía. (2021).

Procrastinación académica y su relación con la ansiedad. Revista Eugenio Espejo,
15(3), 16-28. <https://doi.org/10.37135/ee.04.12.03>

Araoz, E. G. E., & Uchasara, H. J. M. (2020b). Procrastinación académica y ansiedad en
estudiantes universitarios de Madre de Dios, Perú. Apuntes Universitarios, 10(4),
322-337. <https://doi.org/10.17162/au.v10i4.517>

- Arrieta, I. (2019) CULTURA DUAL. Nuevas identidades en interacción universidad-sociedad. [Reseña de Antonio Casado da Rocha (ed.) Plaza y Valdés, Madrid, 2019]. DILEMATA. *International Journal of Applied Ethics* 30: 217-229
- Atalaya Laureano, C., & García Ampudia, L. (2020). Procrastinación: Revisión Teórica. *Revista de Investigación en Psicología*, 22(2), 363–378.
<https://doi.org/10.15381/rinvp.v22i2.17435>
- Balladares, K. R. N., & Gómez, D. G. (2023). Procrastinación académica y ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios. *Latam*, 4(1).
<https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.358>
- Barel, E., Shahrabani, S., Mahagna, L., Massalha, R., Colodner, R., & Tzischinsky, O. (2023). State Anxiety and Procrastination: The Moderating Role of Neuroendocrine Factors. *Behavioral sciences (Basel, Switzerland)*, 13(3), 204.
<https://doi.org/10.3390/bs13030204>
- Bravo, A. A., Dongo, D. B., & Rabanal, D. G. (2022). Adaptación lingüística y validación de la Escala de Procrastinación Académica – versión reducida (APS-S). *Propósitos Y Representaciones*, 10(3). <https://doi.org/10.20511/pyr2022.v10n3.1708>
- Busko, D. A. (1998). Causes and consequences of perfectionism and procrastination: A structural equation model. Tesis de maestría no publicada. Guelph, Ontario: University of Guelph.
- ¿Cómo combatir la desinformación? | UNESCO. (s. f.). <https://www.unesco.org/es#>

Domínguez Lara, Sergio Alexis, Villegas García, Graciela, & Centeno Leyva, Sharon

Brigitte. (2014). Procrastinación académica: validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. *Liberabit*, 20(2), 293-304.

Recuperado en 15 de noviembre de 2023, de

http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272014000200010&lng=es&tlng=es.

Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and Task Avoidance*. Springer US

Fernández (Eds.), *Actas del XI Congreso Internacional de Psicología y Educación*. (pp. 2892–2900). Dykinson, S.L. <https://doi.org/10.2307/jj.5076229.273>

Gaspar, P. M., Facal, D., & Juncos-Rabadán, O. (2023). Reserva Cognitiva En Los Fenotipos De Fragilidad. In F. Alcantud-Marín, Y. Alonso-Esteban, C. Berenguer Forner, M. J. Cantero López, J. C. Meléndez Moral, A. R. Moliner Albero, B. Rosello Miranda, M. del M. Sánchez García, P. Sancho Requena, E. Satorres Pons, N. Senent-Capuz, M. Soriano-Ferrer, P. Viquer Seguí, & A. Ygual

Guerra, S. E. M., & Angeletti, A. A. (2019). Relación entre la procrastinación académica y ansiedad-rasgo en estudiantes universitarios pertenecientes al primer año de estudios de una universidad privada de Lima Metropolitana. *Revista Psicológica Herediana*, 11(2), 1-9. <https://doi.org/10.20453/rph.v11i2.3627>

La pandemia por COVID-19 provoca un aumento del 25% en la prevalencia de la ansiedad y la depresión en todo el mundo. (2022, 2 marzo). OPS/OMS |

Organización Panamericana de la Salud. <https://www.paho.org/es/noticias/2-3-2022-pandemia-por-covid-19-provoca-aumento-25-prevalencia-ansiedad-depresion->
todo#:~:text=Ginebra%2C%20de%20marzo%20de,de%20la%20Salud%20(OMS)

Manchado Porras, M., & Hervías Ortega, F. (2021). Procrastinación, ansiedad ante los exámenes y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Interdisciplinaria Revista de Psicología y Ciencias Afines*, 38(2), 243–258.
<https://doi.org/10.16888/interd.2021.38.2.1>

Mejía, C., Chacón, J., Torres-Riveros, G., Wagner-Nitsch, A., Loucel-Linares, S., Figueroa-Alfaro, E., Rojas-Gonzalez, L., Duque Sanchez, E., & Corrales-Reyes, I. (2023). Factores asociados a la procrastinación académica en estudiantes universitarios de diez países de Latinoamérica. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 42(1). Recuperado de
<https://revibiomedica.sld.cu/index.php/ibi/article/view/1304/1176>

MineduLAB | API. (s. f.). <https://es.poverty-action.org/minedulab> *Minsa pone la lupa en la ansiedad*. (s. f.). Noticias | Diario Oficial el Peruano. <https://www.elperuano.pe/noticia/192010-minsa-pone-la-lupa-en-la-ansiedad>

Quant, D. M., & Sánchez, A. (2012). *Procrastinación, procrastinación académica:*

Concepto e implicaciones. Dialnet.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4815146>

Silva-Ramos, M. F., López-Cocotle, J. J., & Meza-Zamora, M. E. C. (2020). *Estrés*

académico en estudiantes universitarios.

<https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/html/>

Spielberger, C. D. (1983). State-Trait anxiety inventory for adults [Conjunto de datos]. En

PsycTESTS Dataset. <https://doi.org/10.1037/t06496-000>

(S/f). Gob.cl. Recuperado el 16 de mayo de 2024, de [https://recursoshdt.injuv.gob.cl/wp-](https://recursoshdt.injuv.gob.cl/wp-content/uploads/2022/10/2-ansiedad-cifras-de-interes-2023.pdf)

[content/uploads/2022/10/2-ansiedad-cifras-de-interes-2023.pdf](https://recursoshdt.injuv.gob.cl/wp-content/uploads/2022/10/2-ansiedad-cifras-de-interes-2023.pdf)

Tapia, L. G., & Príncipe, V. B. (2018). *Procrastinación académica y ansiedad en*

estudiantes de Ciencias de la Salud de una Universidad de Lima Norte. Dialnet.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6536897>

World Health Organization: WHO. (s. f.). *Salud mental del*

adolescente. [https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-](https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health)

[mental-health](https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health)

Anexos

ANEXO N° 1. Matriz de consistencia

PROBLEMA GENERAL	¿Existe relación significativa entre la ansiedad y la procrastinación académica en estudiantes de Psicología de una universidad de Lima?
-----------------------------	--

Objetivos	Objetivo general: Determinar si existe relación entre ansiedad y procrastinación académica en los estudiantes de Psicología de una universidad de Lima. Objetivos específicos: 1)Determinar si existe relación entre ansiedad-rasgo y procrastinación académica en los estudiantes de psicología de una universidad de Lima. 2)Determinar si existe relación entre ansiedad-estado y procrastinación académica en los estudiantes de psicología de una universidad de Lima.
------------------	---

Hipótesis	Hipótesis general: Existe relación significativa entre ansiedad y procrastinación académica en los estudiantes de psicología de una universidad de Lima. Hipótesis específicos: 1)Existe relación significativa entre ansiedad-rasgo y procrastinación académica en los estudiantes de psicología de una universidad de Lima. 2)Existe relación significativa entre ansiedad-estado y procrastinación académica en los estudiantes de psicología de una universidad de Lima.
VARIABLES	Variable 1: Ansiedad Variable 2: Procrastinación académica

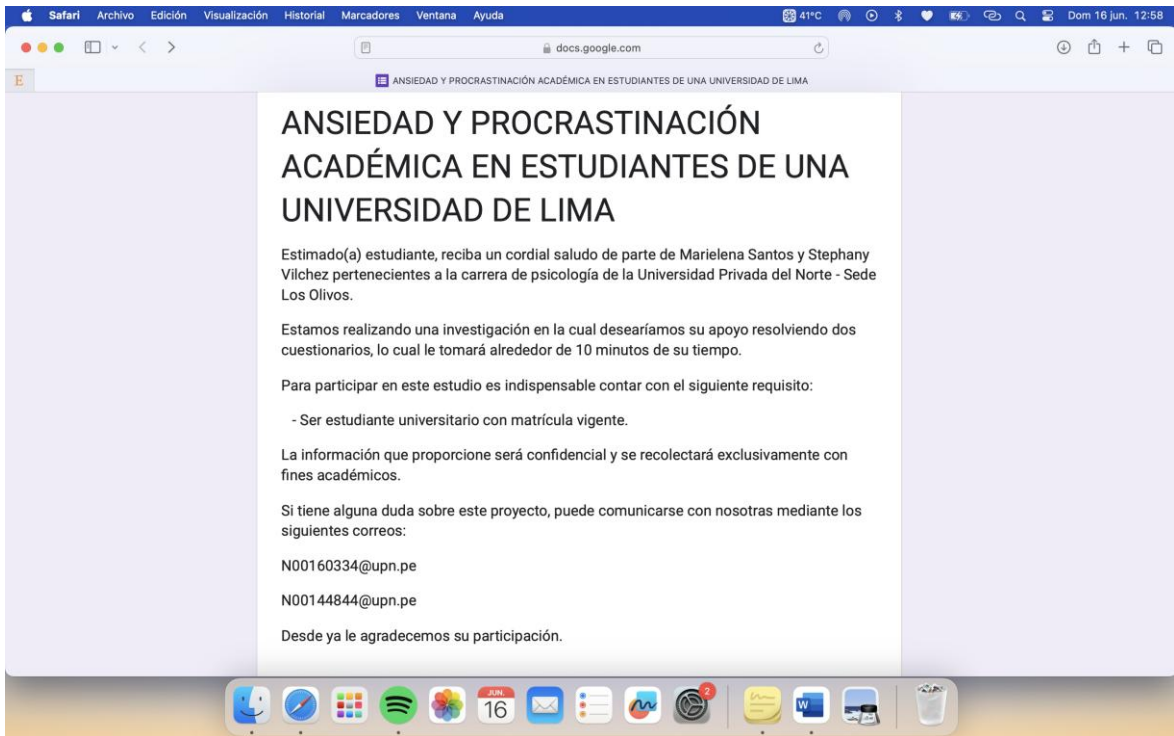
Metodología	<p>Tipo de investigación: Básica.</p> <p>Nivel De Investigación: No correlacional</p> <p>Diseño De Investigación: No experimental.</p> <p>Unidad De Estudio: Estudiante universitario (hombre o mujer) de la carrera profesional de psicología de los ciclos 8vo, 9no y 10mo de una universidad de Lima, matriculado en el semestre académico 2022-1.</p> <p>Población: Todos los usuarios ambulatorios de una Universidad en la ciudad de Lima.</p> <p>Muestra: 180 estudiantes con las características expuestas en la unidad de estudio. De los cuales estuvieron conformados por 46 varones y 134 mujeres.</p> <p>Técnicas: Encuesta.</p> <p>Instrumentos de recolección de datos: Cuestionario.</p>
--------------------	--

ANEXO N° 2. Matriz de operacionalización de la variable

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	UNIDAD DE MEDIDA	INSTRUMENTOS	ESCALA DE MEDICIÓN
Variabl e dependiente: Procrastinación	Según Busko(1998) La procrastinación es la tendencia a la postergación de actividades académicas, priorizando el efecto placebo para evitar enfrentarse con la responsabilidad que le causa conflicto.	Se medirá a través de la evitación de actividades por falta de compromiso a realizar las tareas posteriormente, con justificación o pretexto, eludiendo sus responsabilidades académicas.	Autorregulación académica Postergación de actividades	Hábitos de estudio Estrategias de estudio Gestión de tiempo Dilación de actividades	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11 12,13,14,15,16	Escala de procrastinación académica (EPA) de Busko 1998 Adaptado: Álvarez (2010)	16-28 Nunca 29-41 Casi nunca 42-54 A veces 55-67 Casi siempre 68-80 Siempre
Variabl e dependiente:	Es la respuesta ante un estímulo que causa cambios fisiológicos y malestar como la tensión,	La ansiedad se medirá por medio de las respuestas adaptativas a un estímulo, si este llega a ser transitorio	Ansiedad estado		1,2,5,8,10,11,15,16,19,20 (ausencia de ansiedad) 3,4,6,7,9,12,13,14,17,18 (Presencia de ansiedad)	El Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE) creado por Spielberge	Menos de 30 Bajo 30-44 Moderada Más de 44


Ansiedad	nerviosismo, aprehensión. Spielberg (1966)	o perpetuo.	Ansiedad rasgo		21,26,27,30,33,36,39 (Ausencia de ansiedad) 22,23,24,25,28,29,31,23,34,35,37,38,40 (Presencia de ansiedad)	r, R.L. Gorsuch y R.E. Lushene (1970), adaptado por Domínguez et. al (2012)	Alta
-----------------	--	-------------	----------------	--	---	--	------


ANEXO N° 3. Consentimiento informado



ANEXO N° 4. Formulario virtual

ANSIEDAD Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD DE LIMA

gatica4b@gmail.com [Cambiar cuenta](#) 

 No compartido

* Indica que la pregunta es obligatoria

INVENTARIO DE ANSIEDAD ESTADO-RASGO (IDARE)

Algunas expresiones que la gente usa para describirse aparecen abajo. Lea cada frase e indique cómo se siente ahora mismo, o sea, en este momento. No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa sus sentimientos ahora.

Este cuestionario no contiene preguntas correctas ni incorrectas. Por favor responda con total sinceridad, además mencionaría que sus datos serán tratados de forma anónima y confidencial. Si Ud. tuviera alguna duda, pregúntele a la persona a cargo

1. Me siento calmado(a) *

Casi nunca

Algunas veces

Frecuentemente

Casi siempre

2. Me siento seguro(a) *

Casi nunca

Algunas veces

Frecuentemente

Casi siempre