

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA

“PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y ANSIEDAD EN
ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA
UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA METROPOLITANA
- 2022.”

Tesis para optar el título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autores:

Angela Milagros Cárcamo Fuster
Areli Eunice Obregon Gomez

Asesor:

Dra. Kenia Keith del Rocio Casiano Valdivieso
<https://orcid.org/0000-0002-6659-7538>

Lima - Perú

2023

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	CESAR MERCEDES RUIZ ALVA
	Nombre y Apellidos

Jurado 2	CLAUDIA KARINA GUEVARA
	CORDERO
	Nombre y Apellidos

Jurado 3	KENIA KEITH DEL ROCI CASIANO
	VALDIVIESO
	Nombre y Apellidos

Similitud tesis Carcamo y Obregon

INFORME DE ORIGINALIDAD

14%

INDICE DE SIMILITUD

0%

FUENTES DE INTERNET

14%

PUBLICACIONES

0%TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

Isaac Nieto Mendoza, Dimitri Martínez Movilla, Carmen Rueda Arenis, Alfredo Castañeda et al. "Prevalencia del estrés académico en universitarios barranquilleros en tiempos de pandemia", Revista de Psicología Universidad de Antioquia, 2023

Publicación

6%**2**

Diana Marcela Conrado Bello. "Educación Superior remota por emergencia sanitaria: competencias digitales y motivación educativa en estudiantes de psicología - Lima, 2022 R", Prometeo Conocimiento Científico, 2023

Publicación

4%**3**

Jorge Delgado Castellanos, Monique Vargas, Eloy M. Santos. "DEPENDENCIA AL TELÉFONO MÓVIL Y SU RELACIÓN CON LA PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE PSICOLOGÍA", REDEPSIC, 2024

Publicación

2%

DEDICATORIA

Dedicamos esta tesis a nuestros padres por siempre brindarnos su apoyo incondicional en todo el transcurso de la carrera, por brindarnos esas palabras de aliento y siempre dar lo mejor de nosotras

AGRADECIMIENTO

Agradecemos a nuestras familias, por brindarnos fortaleza, apoyo y aliento para seguir adelante, a pesar de las veces que pensamos en rendirnos. Asimismo, por las tantas veces que nos brindaron su apoyo incondicional para continuar y no desalentarnos.

Agradecemos a los docentes Daniel Rubén Tacca Huaman y a la Dra. Kenia Keith del Rocio Casiano Valdivieso, por su guía, enseñanzas que, gracias a ello, hemos podido desarrollar la presente investigación.

Agradecemos a nuestros compañeros de carrera que juntos crecimos a nivel académico, por el apoyo mutuo al realizar los trabajos grupales, por compartir sus conocimientos, por la paciencia y por las tantas veces que se comprometieron a continuar por este hermoso camino que es la carrera de Psicología.

Tabla de contenido

Jurado evaluador	2
Informe de similitud	3
Dedicatoria.....	4
Agradecimiento	5
Tabla de contenido	6
Índice de tablas	7
Resumen	8
Capítulo I: Introducción	9
Capítulo II: Metodología	24
Capítulo III: Resultados	33
Capítulo IV: Discusión y Conclusiones	38
Referencias	43
Anexos	50

Índice de tablas

Tabla 1: Muestra según de la edad y sexo de los participantes	25
Tabla 2: Muestra según el ciclo de los participantes.....	26
Tabla 3: Niveles de la dimensión autorregulación académica.....	33
Tabla 4: Niveles en la dimensión postergación de actividades.....	33
Tabla 5: Nivel de ansiedad de los estudiantes de psicología	34
Tabla 6: Correlación entre ansiedad y postergación de actividades	35
Tabla 7: Correlación entre ansiedad y autorregulación académica	35
Tabla 8: Correlación entre procrastinación académica y ansiedad	36

RESUMEN

La presente investigación tiene como objetivo establecer la relación entre la procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana – 2022. Con una muestra de 288 estudiantes universitarios de la carrera de Psicología con edades de 18 a 48 años del 1er al 10mo ciclo de una Universidad Privada de Lima Metropolitana. Asimismo, los instrumentos empleados en el estudio fueron la Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Deborah Busko y el Inventario de Ansiedad de Beck (IAB). La metodología de la investigación es de enfoque cuantitativo, con diseño no experimental, corte transversal, de tipo correlacional. Los resultados evidencian una correlación positiva alta (0.605) entre la procrastinación académica y ansiedad. Por otro lado, la dimensión de postergación de actividades y ansiedad presentan una relación significativa moderada; en la dimensión de autorregulación y ansiedad se muestra una correlación significativa baja. Seguidamente, se realizó el análisis de datos de los 288 participantes obteniendo como resultado que si presentan procrastinación académica y un nivel de ansiedad leve.

PALABRAS CLAVES: *Procrastinación académica, ansiedad, autorregulación, postergación de actividades, estudiantes universitarios.*

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

Desde el año 2019, el mundo se ha enfrentado a una nueva pandemia conocida como COVID-19, este nuevo virus apareció en la ciudad de Wuhan (provincia de Hubei, China). El 8 de diciembre de 2019 estalló el primer brote, presentando más casos de tos seca, fiebre, disnea y descubriendo en los exámenes radiológicos alteración en los pulmones bilaterales (Ministerio de Sanidad del Gobierno de España, 2020). El COVID-19 ha provocado un riesgo de mercado en la económica, tanto en lo social, la salud pública y afecciones en la salud mental, relacionándolo con estrés, ansiedad, depresión y conflictos emocionales (Valero, Vélez, Duran y Torres, 2020).

En cuanto a la educación, se tuvo que modificar la metodología de enseñanza para contener la propagación del virus. La UNESCO (2020), coloca 3 problemáticas fundamentales; la conectividad a internet, cuestiones financieras y dificultades para mantener un horario regular. No obstante, según la Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2018), delimita que el trastorno de ansiedad es el segundo trastorno mental más discapacitante que se da en la mayoría de los países de la Región de las Américas. En cuanto, a los patrones estadísticos el que presenta mayor porcentaje a nivel internacional son los países sudamericanos puntuando 7,5% Brasil, 6,8% Paraguay, 5,5% Chile. Por otra parte, los países con menor porcentaje están los países de América del Norte obteniendo 3,5% México y 3,4% Canadá.

De acuerdo con Estremadoiro y Schulmeyer (2021) menciona que los estudiantes de la Universidad Privada de Santa Cruz de la Sierra presentan un alto porcentaje de procrastinación por ansiedad cuando se presenta una evaluación, debido a una inadecuada distribución de

tiempo. Asimismo, unos de los motivos que también lo conforman son el perfeccionismo y la pereza; afirmando que no tienen miedo al éxito cuando confían en sus habilidades para ejecutar bien sus trabajos. Por otro lado, Altamirano y Rodríguez (2021) revelan que los estudiantes de Psicología Clínica de la Universidad Técnica de Ambato que la procrastinación académica predomina el nivel promedio con 52% en postergación de actividades y a nivel de ansiedad leve de 54%.

No obstante, en el Perú Procil (2020) indica que la procrastinación académica es una problemática significativa y recurrente en la educación superior; ya que, origina diversos problemas académicos negativos, como la deserción académica, desaprobación y repitencia. Del mismo modo, se realizó un estudio en la Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios, donde se dio como resultado la relación significativa entre procrastinación académica y la ansiedad en los estudiantes, mientras más procrastinan sus actividades académicas su nivel de ansiedad será mayor (Estrada y Mamani, 2020).

De igual manera, Tapia y Príncipe (2018) alegan que los universitarios del sexo masculino procrastinan en mayor grado que el sexo femenino. Además, hay una asociación significativa al postergar las actividades y los niveles de ansiedad, que produce un alto grado de ansiedad ante las exigencias académicas en la universidad. Debido a los altos estresores a causa de las exigencias académicas lo que genera una respuesta emocional que lo caracterizan como malestar en donde su relación se realiza de manera directa con la ansiedad y la procrastinación. la cual, no solo es una mala gestión del tiempo. (Guerra y Bobadilla, 2021)

Esta problemática estaría afectando significativamente al estudiante que posterga indefinidamente los trabajos académicos para entregarlas en última instancia. Por otro lado, en el

entorno universitario se puede visualizar que las causas se relacionan con la falta de motivación para ejercer las actividades, la distribución del tiempo en referencia al ámbito universitario, sobrecarga académica, la falta de información ante esta problemática y complejidad en los trabajos. Debido a esto, ha generado malestares físicos y psicológicos en los estudiantes a partir de dolores de cabeza, dolor de estómago, pensamientos negativos, estrés, ansiedad al momento de presentar o realizar los trabajos postergados en el momento inmediato. En efecto, es indispensable que los universitarios reciban orientación sobre la gestión del tiempo, talleres o charlas psicoeducativas donde se brinde estrategias adaptativas y cognitivas en referencia a una adecuada planificación y ejecución en los trabajos.

En tal sentido, la presente investigación tuvo como finalidad determinar la relación entre la procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana - 2022.

Antecedentes Internacionales:

Saplavska y Jerkunkova (2018) cuya finalidad fue revelar los vínculos entre la procrastinación académica y la ansiedad entre los estudiantes. El estudio es de enfoque cuantitativo, de diseño no experimental, donde la muestra está conformada por 60 estudiantes del segundo año de la Facultad de Ingeniería de la Universidad de Ciencias y Tecnologías de la Vida de Letonia, con edades entre los 20 y los 27 años, aplicando la escala de procrastinación y el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (Formulario Y). El resultado evidencia que el 48% de los participantes demostró un alto nivel de procrastinación académica; por lo tanto, existe una relación positiva entre la procrastinación académica y la ansiedad personal ($r(60) = 0,45$, $p < 0,001$) y situacional ($r(60) = 0,42$, $p < 0,001$) entre los estudiantes, ($p = 0,05$). Según el

estadígrafo de Spearman, mientras aumente los indicadores de la variable puede existir la disminución del rendimiento académico.

Alessio y Main (2019) realizaron un estudio no experimental ex post facto de tipo descriptivo-correlacional, cuyo propósito es evaluar la relación entre la procrastinación tanto general como académica y la ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios del primer y último año de la carrera; los instrumentos que se emplearon son la Escala de Adaptación del Inventario Alemán de Ansiedad frente a los Exámenes GTAI-A, la Escala General de Procrastinación (EPG) y la Escala de Procrastinación Académica de Tuckman a una muestra de 171 estudiantes de la Universidad Católica Argentina. Los resultados demostraron que los universitarios del primer ciclo muestran un mayor nivel de ansiedad a comparación de la población de últimos ciclos. También, se reitera que los estudiantes de primeros ciclos muestran mayor nivel significativo de procrastinación general y procrastinación académica. Por otro lado, en la muestra general de estudiantes se obtuvo que la ansiedad se correlaciona significativamente con ambos tipos de procrastinación $r(171) = ,411$; $p < 0,01$ según el estadígrafo de Student.

Sari y Herni (2018) realizaron una investigación correlativa, de diseño transversal, con una muestra de 125 estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad de Indonesia, cuyo objetivo es identificar la relación entre los niveles de ansiedad y la procrastinación académica entre los estudiantes de enfermería; aplicando la Escala de procrastinación activa y la Escala de estrés, ansiedad y depresión. El resultado obtenido demuestra que los estudiantes con ansiedad leve tenían 1,556 veces más probabilidades de procrastinar pasivamente y los que tienen ansiedad severa tienen el 8.167 mayor probabilidad de procrastinar pasivamente. Por lo tanto, hay una relación significativa entre las variables del estudio ($p = 0,003$); donde revelan que

los estudiantes evitan exponerse a pensamientos que le generan malestar y/o la procrastinación como tal, que provoca ansiedad.

Escobar y Corzo (2018) presentan un estudio con enfoque cuantitativo de diseño transversal y observacional, teniendo como objetivo determinar la existencia entre la procrastinación académica, autorregulación del aprendizaje y ansiedad en estudiantes de recién ingreso a comunidades universitarias. No obstante, la muestra se conforma por 407 estudiantes de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia del país de Colombia; empleando la Escala de Procrastinación Académica, el instrumento de Autorregulación del Aprendizaje y el cuestionario de STAI de Ansiedad Estado-Rasgo. Obteniendo como resultado que existe una relación entre la procrastinación académica, la autorregulación del aprendizaje y ansiedad. Por consiguiente, los estudiantes en alguna instancia muestran conductas para postergar sus actividades, y que los educandos revelaron mayor ansiedad rasgo que ansiedad estado asociado con la procrastinación académica generando un impacto negativo en la autorregulación del aprendizaje.

Por último, Gómez (2020) realizó una investigación no experimental de tipo correlacional-descriptivo, conformado por 30 estudiantes de sexto semestre de Psicología; asimismo, teniendo como objetivo conocer la relación entre la procrastinación académica y ansiedad-rasgo en los estudiantes en la Universidad Especializada de las Américas, sede de Panamá, aplicando el cuestionario IDARE y la Escala de Procrastinación Académica. Los resultados evidencian que existe una relación entre ambas variables y muestra una correlación de tipo positiva muy baja; esto quiere decir, que las variables aumentan y disminuyen al mismo tiempo. Por lo tanto, este estudio permitirá que los universitarios busquen una solución alternativa a ambas problemáticas y evitar la dispersión aleatoria en las variables.

Antecedentes Nacionales:

García y Pérez (2018) efectuaron una investigación de enfoque cuantitativo, de diseño no experimental, de alcance correlacional-transaccional, con una muestra de 123 estudiantes de la Universidad Católica de Trujillo, aplicando la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y la Escala de ansiedad de Spielberger, Gosuch y Lushene. Los resultados evidencian que el 82% de estudiantes muestran un nivel medio de procrastinación académica, donde los hombres y mujeres presentan similar proporción en los resultados con aquella problemática. Por otro lado, el 66% de la muestra presenta un nivel medio de ansiedad y las mujeres presentan mayor proporción en la cantidad de dicho porcentaje; en referencia a este nivel, el 27% representa un nivel alto de ansiedad, donde los universitarios varones evidencian un mayor porcentaje. No obstante, hay una correlación positiva leve pero significativa entre las variables de estudio.

Marquina, et al. (2018) realizó un estudio cuantitativo, diseño correlacional no experimental, de tipo transversal, conformado por 100 estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Metropolitana, cuyas edades fluctúan entre los 18 y 23 años, aplicando Escala de Procrastinación Académica (EPA) adaptada por Álvarez (2010) y la Escala de Autoevaluación de la ansiedad de ZUNG (E.A.A) adaptada por Astocondor (2001). El resultado obtenido muestra una correlación negativa entre ambas variables dando un puntaje moderado. Por otro lado, los estudiantes que procrastinan no presentan ansiedad lo que indica que su rendimiento no se ve afectado, ni existen factores psicológicos que permitan alguna conducta ansiosa.

Ramos y Pedraza (2017) realizaron un estudio de diseño no experimental de tipo descriptivo-correlacional, teniendo como finalidad determinar la relación entre procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de enfermería de una universidad privada de Chiclayo – 2017. La muestra está conformada por 150 estudiantes universitarios del primer ciclo a los cuales

se le aplicó la Escala de Procrastinación en Adolescente y la Escala de Magallanes de Problemas de Ansiedad; dando como resultado que el 72.7% presenta un nivel alto de procrastinación académica y un nivel bajo de 5,3%. Con respecto a la variable de ansiedad se evidencia que un 35.3% presenta un nivel alto y un 28,7% un nivel bajo de ansiedad; por ello, revela una relación positiva significativa entre las variables de estudio.

Por otro lado, Cubas (2021) en su investigación tiene como propósito determinar cuál es la relación entre procrastinación académica y ansiedad rasgo en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo. El estudio es de investigación sustantiva de diseño descriptivo-correlacional, la muestra está conformada por 102 estudiantes de V y VI ciclo de la carrera de Psicología, a quienes se le aplicó la Escala de Procrastinación Académica y el inventario IDARE.

Los resultados presentan que el 27% de estudiantes muestran un nivel alto de procrastinación académica y el 44% de estudiantes evidencian un nivel alto de ansiedad rasgo; también, la correlación entre ambas variables de estudio es altamente significativa .557, según el estadígrafo de Pearson.

Finalmente, Castro y Rodríguez (2018) en su estudio de enfoque cuantitativo, no experimental de diseño correlacional, comparativo y descriptivo; cuyo objetivo es determinar la relación que existe entre la procrastinación académica y la ansiedad ante los exámenes en estudiantes de Psicología de una universidad de Cajamarca. La muestra estuvo conformada por 274 estudiantes a los que aplicaron la Procrastination Assessment Scale Students – PASS y el Inventario de Autoevaluación de la Ansiedad ante los Exámenes (IDASE). Los resultados indican que el 58,4% muestran un nivel medio bajo de ansiedad ante los exámenes y un 32,8% medio alto, donde los estudiantes de 4to ciclo revelan mayor procrastinación y ansiedad. No obstante, la correlación entre procrastinación académica y ansiedad es moderada y muy

significativa 0,460; esto quiere decir, que mientras aumenta la procrastinación académica, también, aumenta la ansiedad ante los exámenes y viceversa.

Bases Teóricas

Historia de la procrastinación

El término "procrastinación" proviene del latín: "Pro" que significa adelante y "Crastinus" que hace referencia al futuro y, aunque esta palabra la podemos encontrar en textos antiguos de los egipcios, los griegos y los romanos. En el Siglo III un romano estaba demasiado atraído a la fe cristiana que al momento que escuchó a los cuervos gritar "cras cras" la voz del cuervo era como si le dijera déjalo para mañana, en donde atrapo al cuervo y lo aplastó diciendo: hodie hodie (hoy hoy), a partir de ese día se veneró el 19 de abril como San Expedito. El diccionario de la Real academia española registra "Cras" como "adverbio de tiempo" 1729, pero la procrastinación entró tentativamente en el diccionario anual en 1989 y finalmente en 1992 se dejó de utilizar "Cras" por "procrastinación".

Definición de la procrastinación

Según Piers Steel (2007) la procrastinación académica es una decisión individual que se asocia con los estados de ánimo y la elección en la toma de decisiones donde los componentes principales son: la aversión a la tarea, facetas de autocontrol, distracción, el retraso en la tarea, organización, motivación para el logro, la autoeficacia y la impulsividad. De la misma forma, un peor estado de ánimo no sólo trae un rendimiento académico bajo sino también estrés, depresión y problemas de neuroticismo. Por otro lado, menciona que mientras más lejano está un evento temporalmente, menos impacto tiene en las decisiones de las personas.

Para Chan (2011) la procrastinación académica perjudica en la toma de decisiones, debido a que se asocia con la permanencia dentro de la universidad o la elección a finalizar los

estudios a partir de las exigencias que el contexto en el que se relaciona intervenga en la integridad y prestigio por los rumores sobre la forma de ser del estudiante. Además, el individuo que procrastina presenta continuos cambios biológicos y psicológicos, a partir de las diversas conductas procrastinadoras en diversos ámbitos no solo el académico, sino social, laboral, etc., que a largo plazo genera preocupaciones por no realizar lo dictaminado y luego conlleva a excusarse o brindar alguna explicación.

En la visión conductual, Busko (1998) señala que el perfeccionismo consigue grandes logros, pero a la misma vez trae consigo que la persona retrase sus trabajos presentándose después del tiempo indicado; al tratar de hacer lo más perfecto posible. Por lo que presentan miedo al fracaso, altos niveles de depresión y obtienen un bajo rendimiento académico. De modo que, causa pérdida de control, enojo y desmotivación; haciendo que posterguen los trabajos con mayor frecuencia, obteniendo falta de confianza y miedo al éxito.

En segunda instancia, la procrastinación académica hace referencia a una tendencia irracional que se relaciona con las conductas que tiene uno mismo acerca del desagrado hacia las tareas como causal para la postergación, también se asocia con la ausencia de motivación y determinación necesaria para ejecutarlas en un contexto social. Por otro lado, el modelo de análisis de referencia que emplea Busko hace referencia a los constructos de perfeccionismo que tiene cada individuo, la procrastinación académica y el logro académico; cabe mencionar, que el autor señala que la procrastinación general es un rasgo prolongado y es un antecedente de la procrastinación académica.

Historia de la ansiedad

La palabra “Ansiedad” inicia en los textos griegos atribuidos por Hipócrates (c. 460 a. C. a c. 370 d. C.). empezando por la descripción de la fobia que presentaba un hombre, que al

escuchar la música de la flauta presentaba un miedo y terror, solo si lo escuchaba por las noches, ya que, en el día no pasaba nada si lo oía. Luego, Cicerón (en 106 a. C. a 43 a. C.) empieza a hablar de la ansiedad (angor) y lo denomina como un trastorno (aegritudo) en que la mente era perturbada. Cattell y Schleier introducen los términos ansiedad de "estado" y "rasgo". En cuanto a la palabra ansiedad deriva del sustantivo latino angor y del verbo correspondiente ango (contraer), pero en francés, así como en otras lenguas romances, anxiété (ansiedad; del latín anxiētas) en 1934; asimismo, la ansiedad abarca diversos aspectos psicológicos y cognitivos de la preocupación del individuo.

Definición de la ansiedad

Según Spilberger (1966) indica que la ansiedad es el agente causal del comportamiento que influye de manera global en la vida de las personas en la era contemporánea, donde el porcentaje de la ansiedad sigue siendo igual que el miedo y la fobia. A su vez, está dentro de todas las facetas de cultura de la persona sea región, arte, ciencia, etc. Mencionando también que la personalidad está siendo afectada; ya que, cada individuo presenta problemas del yo y la percepción que tiene de sí mismo, indicando como un fenómeno de toxicidad que se ha convertido en algo más que una preocupación clínica y de la personalidad.

Belloch, Sandín y Ramos (2009) señalan que la ansiedad y el miedo se diferencian a partir, que el miedo se presenta con la manifestación del estímulo externo que sea intimidante para el sujeto, mientras que la ansiedad es una respuesta de un estado emocional que le permite anticiparse a algo que aún no sucede y se da sin que el estímulo amenazador esté presente, visible o sea reconocido. Asimismo, las conductas de miedo o ansiedad evidencian respuestas de tipo interoceptivo que son más difíciles de visualizar; también señala que la ansiedad posee un

valor funcional de utilidad biológico-adaptativo, que se invierte a una respuesta desadaptativa cuando se anticipa al “peligro irreal”.

Según el enfoque cognitivo de Clark y Beck (2012) definieron a la ansiedad como un sistema complejo que se da a través de las respuestas conductuales, fisiológicas, afectivas y cognitivas, activándose en el momento que presencie una situación aversiva; ya que, un evento inesperado que tenga el sujeto lo tomé como una amenaza en su contexto. Por otro lado, los autores toman en cuenta 5 criterios para diferenciar una ansiedad normal a una “ansiedad anormal”, que no necesariamente se van a presentar todas en conjunto, sino se espera que muchas características se muestran en el individuo.

Cognición disfuncional que se relaciona con la cognición a través de pensamientos o creencias irracionales que suceden por una valoración inexacta sobre una situación que incita al miedo y la ansiedad; deterioro del funcionamiento a través del manejo afectivo y adaptativo, ante una situación que se perciba como amenaza y que perjudican las diversas áreas del individuo; la persistencia que se mantiene sobre un tiempo considerable y hace que el sujeto muestre miedo al pensar reiteradas veces ante un escenario “normal” o amenazante; falsas alarmas dónde evidencias sensaciones de miedo y ansiedad que acontecen sin estar presente el estímulo amenazante y finalmente tenemos a la hipersensibilidad a los estímulos que son las respuestas desmedidas de miedo o pánico ocasionando mayor intensidad cuando se presenta el estímulo amenazador.

Justificación:

Esta investigación se hace con el propósito de estudiar la procrastinación académica y ansiedad en estudiantes, considerando los aportes teóricos existentes, se menciona que estas dos variables presentan una correlación de acuerdo a las investigaciones hechas por cada uno de

ellos. En donde consideramos que es importante establecer la relación entre la procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana, cuyos resultados darían un gran aporte científico y actualizado de los datos obtenidos a las futuras investigaciones.

Este trabajo de investigación se basa en establecer la relación existente de procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Psicología, para así obtener los resultados y evidencias de la correlación entre ambas variables para las futuras investigaciones. Asimismo, a partir de los resultados del estudio existe la probabilidad que se implementen estrategias concretas o programas de intervención para que el estudiante universitario tenga una mejor experiencia o calidez en la vida universitaria sin interferir en el bienestar emocional; ya que, suele afectar ante la carga de actividades académicas, lo que genera preocupación excesiva ante determinada situación; con ello, se logrará un gran impacto al intervenir ante estos aspectos, para evitar el cese en los estudios y malestar en el estudiante.

Esta investigación se realiza para dar a conocer la problemática que aqueja y que continúa en aumento a partir de los niveles de procrastinación académica y ansiedad en los estudiantes universitarios que ocasiona dificultades no sólo en el ámbito académico, sino también en lo cognitivo, social, conductual y mental (Altamirano, 2022). Por ello, el impacto social sería positivo porque identifica la problemática que se dará a conocer a través de los niveles que se encuentran, su relación entre las variables y como ha estado evolucionando a través de los tiempos; teniendo en cuenta, los análisis del estudio para las futuras investigaciones utilizando como referencia los hallazgos obtenidos que permite al investigador visibilizar y conocer la realidad problemática de esta población, teniendo como finalidad mejorar la calidad de vida del estudiante.

1.2. Formulación del problema

Pregunta general:

¿Cuál es la relación entre la procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana - 2022?

Preguntas específicas:

¿Cuál es el nivel de postergación de actividades en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana – 2022?

¿Cuál es el nivel de autorregulación académica en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana – 2022?

¿Cuál es el nivel de ansiedad en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana – 2022?

¿Cuál es la relación entre la dimensión de autorregulación académica y ansiedad en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana - 2022?

¿Cuál es la relación entre la dimensión de postergación de actividades y ansiedad en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana - 2022?

1.3. Objetivos

Objetivo general

Establecer la relación entre la procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana - 2022.

Objetivos específicos

Identificar el nivel de postergación de actividades en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana – 2022.

Identificar el nivel de autorregulación académica en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana – 2022.

Identificar el nivel de ansiedad en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana – 2022.

Determinar la relación entre la dimensión de autorregulación académica y ansiedad en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana – 2022.

Determinar la relación entre la dimensión de postergación de actividades y ansiedad en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana – 2022.

1.4. Hipótesis

Hipótesis general

Existe relación entre la procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana – 2022.

Hipótesis específica:

Los estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana - 2022 presentan niveles altos de postergación de actividades.

Los estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana – 2022 presentan niveles altos de autorregulación académica.

Los estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana – 2022
presentan niveles altos de ansiedad.

Existe relación entre la dimensión de autorregulación académica y ansiedad en
estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana – 2022.

Existe relación entre la dimensión de postergación de actividades y ansiedad en
estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana – 2022.

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

Tipo y diseño de investigación

La presente investigación muestra un enfoque cuantitativo dado que es un proceso metódico, sistemático y ordenado donde se rigen diversos pasos para proyectar en el estudio una estructura lógica de decisiones que se dirija a obtener respuestas a la problemática de investigación. Cabe mencionar, que al identificar estos elementos es posible que se organicen en fases y se emplee un instrumento para conseguir información de cada individuo (Monje, 2011). Asimismo, de diseño no experimental, en función a que no se realizará la manipulación de variables de estudio de manera deliberada, aplicando el corte transversal, ya que, solamente se va a recoger en un momento único del tiempo, teniendo como finalidad especificar las variables y analizar el resultado (Hernández, et al. 2014).

Finalmente, el estudio es de tipo correlacional que pretende hallar explicaciones a través de una investigación donde se emplea el uso de variables en su marco natural. Sin embargo, al ejecutar una variación en la variable es porque hay una modificación en las otras; además, en una muestra que se conoce la correlación existente no hay necesidad de añadir variables externas para alcanzar conclusiones (García, et al, 2012).

Población

La población objetivo de estudio está conformada por los estudiantes (hombres y mujeres) del primero al último ciclo de la carrera de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana y quienes se encuentran matriculados en el semestre académico 2022-1.

Muestra

La muestra está formada por 288 estudiantes de la carrera de psicología de una Universidad Privada de Lima metropolitana, durante el periodo del 2022-1. El muestreo será no

probabilístico por conveniencia porque hay una accesibilidad y proximidad en la elección de los sujetos y ello no depende de la probabilidad sino de las características del estudio o la intención del investigador (Hernández y Mendoza, 2018). Asimismo, se empleó este tipo de muestreo; puesto que, actualmente el acceso a la población de estudiantes objetivo es poco asequible ya que estamos en un contexto donde se antepone la virtualidad.

El tamaño de la muestra se localizó a través de la creación de un formulario de Google, plasmando la presentación de los investigadores, el consentimiento para la participación de la prueba y los instrumentos empleados. Seguido a ello, se envió el formulario a través de las redes sociales de WhatsApp y los grupos de Facebook de estudiantes de Psicología para que puedan responder los cuestionarios indicados. Sin embargo, en el proceso de recolección se logró obtener 290 respuestas; por lo tanto, se aplicaron los filtros del criterio de inclusión y exclusión, dando como resultado la pérdida de 2 respuestas; es decir, que la muestra final fue de 288 estudiantes. A continuación, se muestran los datos descriptivos de la muestra:

Tabla 1

Muestra según de la edad y sexo de los participantes

		Sexo del participante			
			Masculino	Femenino	Total
Edad	18-25	N	53	129	182
		%	18.4	44.8	63.2
	26-33	N	39	57	96
		%	13.5	19.8	33.3
	34-41	N	1	7	8

	%	0.3	2.4	2.8
42 a más	N	1	1	2
	%	0.3	0.3	0.7
Total	N	94	194	288
	%	32.6	67.4	100.0

N = Número

Tabla 2

Muestra según el ciclo de los participantes

Ciclo	N°	%
1er ciclo	32	11.1
2do ciclo	13	4.5
3er ciclo	9	3.1
4to ciclo	9	3.1
5to ciclo	12	4.2
6mo ciclo	9	3.1
7mo ciclo	15	5.2
8vo ciclo	23	8.0
9no ciclo	51	17.7
10mo ciclo	115	39.9
Total	288	100.0

N = Número

Criterios de inclusión

- Estudiante de la carrera de la Psicología
- Cursar en el semestre académico 2022-1
- El estudiante debe ser mayor de 18 años.

Criterios de exclusión

- Estudiantes menores de edad
- Estudiantes que no desean participar
- Estudiantes de otras carreras
- Respuestas con margen de error
- Estudiantes de una Universidad Pública

Técnicas e instrumentos.

En la presente investigación se utilizó la técnica de la encuesta, pues los sujetos participantes que conforman la muestra de estudio responden a dos cuestionarios y enviarán sus respuestas para luego ser evaluadas, analizadas y cuantificar toda la información en la investigación realizada. Los instrumentos son los siguientes:

Ficha técnica de los instrumentos 1

Autor	: Deborah Ann Busko
Año	: 1998
Nombre original	: Escala de Procrastinación Académica (EPA)
Objetivo	: Medición de la procrastinación académica en estudiantes
Población	: Estudiantes universitarios

Tipo de aplicación : Individual o colectiva

Durante : 10 a 15 minutos

Adaptación al contexto peruano: Sergio Alexis Domínguez Lara, Graciela Villegas García y Sharon Brigitte Centeno Leyva (2014)

Población : Estudiantes universitarios

Validez de la prueba adaptada:

En el Perú, Domínguez, Villegas y Centeno (2014) brindó evidencia de la validez a través del análisis factorial exploratorio que muestra el EPA en la estructura bifactorial. Asimismo, con antelación se realizaron el análisis estadístico descriptivo y los puntajes extremos. Los participantes fueron estudiantes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana donde las edades oscilan entre 16 y 40 años, la muestra estuvo conformada por 379 estudiantes. Por otro lado, los ítems presentan una adecuada correlación para el análisis factorial, el KMO (Kaiser Meyer Olkin) fue de .812 que se estima como adecuado y un test de esfericidad de Bartlett significativo ($p < .01$), lo cual es la suficiente intercorrelación de los ítems. En el primer análisis, no todos los reactivos superaron el mínimo de .20; por ello, se eliminaron 4 ítems de los 16 ítems. En la segunda revisión, los 12 ítems restantes cumplieron con los requisitos mínimos. No obstante, el instrumento cuenta con dos dimensiones entre ellas se encuentran la autorregulación académica (Ítem 2, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 13 y 14) y la dimensión de postergación de actividades (Ítem 1, 8, 9).

Confiabilidad de la prueba adaptada:

Con respecto a la confiabilidad, se estimó a través del Alfa de Cronbach un puntaje de .816 para la escala total; No obstante, para el factor de Autorregulación académica se obtuvieron como .821 y en el factor de Postergación se obtuvo .752. Los niveles de confiabilidad son considerados como muy buenos o elevados. Por otro lado, se estima que el coeficiente omega evidencia un valor de .829 para el factor Autorregulación académica y de .794 para el factor Postergación de actividades.

Ficha técnica de los instrumentos 2

- Autor** : Beck y Steer
- Año** : 1993
- Nombre original** : Inventario de ansiedad de Beck (IAB)
- Objetivo** : Medir la severidad de la Ansiedad
- Población** : Adultos
- Tipo de aplicación** : Individual o colectiva
- Durante** : 5 a 10 minutos

Adaptación al contexto peruano : Thornberry, (2011)

Población : Adolescentes - adultos

Validez de la prueba adaptada

En Perú, Thornberry (2011) dio evidencia de la validez por medio del análisis factorial exploratorio (AFE) teniendo una estructura interna en estudiantes de pregrado de dos universidades privadas de Lima de entre 17 y 25 años, de 18 carreras distintas, 1119 estudiantes de pregrado fueron los participantes, en donde la varianza es de 36,26% mostrando un nivel adecuado de variable. Por otro lado, el KMO (Kaiser Meyer Olkin) fue de ,94 y el test de esfericidad de Bartlett obteniendo un valor por debajo del nivel de significancia $p < .001$, En cual, mostró evidencias validez de constructo por análisis factorial exploratorio (AFE), además, se encontró que todos los ítems tenían una carga factorial mayor a .30, Por otra parte, se obtuvo una correlación de 0,43 y 0,69 demostrando buen nivel de relación entre ítems, ya que, superó el criterio $r > .20$ de Kline (1995),

Confiabilidad de la prueba adaptada

En cuanto a la confiabilidad, presenta un alfa de Cronbach de 0,91 teniendo un valor excelente o alto de confiabilidad. Asimismo, se hizo una rotación oblicua tipo Promax, para saber sobre la relación de los ítems. Por otro lado, se realizó el KMO (Kaiser Meyer Olkin) obteniendo un puntaje de .94 siendo una medida adecuada. Llegados a este punto el test de esfericidad de Bartlett sus valores fueron bajos del nivel de significancia obteniendo un $p < .001$,

Procedimiento de recolección de datos

En la recolección de datos, se tomaron en cuenta diversos puntos. Inicialmente, con la obtención de emplear los 2 instrumentos que midan las variables de estudio, tener presente la población a la que va dirigida y los objetivos que se quieren investigar; teniendo en cuenta estos puntos imprescindibles, se dirigió a ejecutar la creación del formulario por medio de Google Forms, añadiendo en este apartado el consentimiento informado, las instrucciones de cada

cuestionario, los instrumentos de Escala de Procrastinación Académica y el Inventario de Ansiedad de Beck. Seguido a ello, compartimos el formulario por los medios de WhatsApp y Facebook dirigidos a estudiantes de Psicología que cumplan los diversos criterios de inclusión y teniendo consideración sobre el anonimato de los participantes señalando que la información registrada será empleada solo con fines académicos y los resultados obtenidos son confidenciales.

Análisis de datos/Análisis estadístico

En la obtención de las respuestas brindadas por los participantes, se trasladó todas las respuestas a una base de datos de Microsoft Excel 2019 donde se eliminaron algunas respuestas que no cumplían los criterios de inclusión. Asimismo, los valores de cada respuesta fueron cambiados en esta plataforma para hallarlos correctamente y darle un valor indicado, estas respuestas fueron revisadas constantemente para no pasar por alto ningún error. Seguido a ello, en el apartado de análisis de datos se utilizó el programa SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) versión 28; el cual es uno de los programas estadísticos más conocidos, teniendo en cuenta su capacidad para trabajar con grandes bases de datos y una sencilla interfaz para la mayoría de los análisis de datos permitidos. Siguiendo los procedimientos del SPSS versión 28, se realizó la calculación de las variables, en donde se eliminó las respuestas que presentan una puntuación baja de 0 a 4, tanto en Procrastinación y ansiedad. Luego, se analizó los datos estadísticos descriptivos de la frecuencia para poder sacar los resultados en las tablas, identificando el número y el porcentaje. Por otro lado, las tablas cruzadas se utilizaron para poder comparar los resultados con algunos datos de nuestra investigación.

Aspectos éticos

En la investigación, no participará el estudiante que no marque el consentimiento informado voluntario; por lo tanto, no será obligado a formar parte del proyecto si este lo solicita, la participación será de manera voluntaria y confidencial. Asimismo, los investigadores están en la obligación de cuidar la información recabada a un grupo de individuos que realizan una investigación (Colegio de Psicólogos del Perú, 2017, Artículo. 20); por otro lado, si los participantes quieren abandonar o dejar la prueba lo podrán realizar cuando crean conveniente. Asimismo, no se divulgará su privacidad, identidad e intimidad del participante. Por ello, se rellena el formulario anónimamente con la información obtenida en la investigación.

Aplicación de herramientas:

Para la recolección de datos se realizó primero la búsqueda de los participantes que debían ser mayores de 18 años y ser estudiantes universitarios de una universidad privada, primero se empezó a difundir en los grupos de WhatsApp de Psicología. Asimismo, se publicó en la página web de Facebook de Psicología UPN Lima Norte, en la cual, se encuentra integrado un gran grupo de personas universitarias. También, nos comunicamos con algunos docentes para pedir permiso para poder entrar a sus aulas, en donde hablará de nuestra investigación y si podían ser parte de ella, realizando la encuesta virtual recordándole que es de manera voluntaria. Al obtener un gran grupo de participantes voluntarios, se empezó a descartar algunos participantes que no cumplían los criterios inclusión, al tener la base de datos se pudo recién utilizar el programa SPSS versión 28, para calcular las variables y analizar los datos estadísticos obtenido.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

A continuación, se presentan los resultados obtenidos acorde a los objetivos propuestos en la presente investigación. En primer lugar, se mostrarán los niveles de cada dimensión de la variable de procrastinación académica y la variable ansiedad, también se añadirán los objetivos específicos planteados. Finalmente, se adjuntará el objetivo general presentando la correlación de ambas variables.

Tabla 3

Niveles de la dimensión autorregulación académica en estudiantes de la carrera de psicología

	N°	%
Nivel bajo	92	31.9
Nivel medio	110	38.2
Nivel alto	86	29.9
Total	288	100.0

En la Tabla 3, de los 288 estudiantes de la carrera de Psicología el 38,2% evidencia un nivel medio de autorregulación académica lo que indica que tienen un adecuado proceso en adquirir conocimientos y fijarse metas en el aprendizaje. Asimismo, solo un 29,9% presenta un nivel alto de autorregulación académica.

Tabla 4

Niveles de la dimensión postergación de actividades en estudiantes de la carrera de psicología

	N°	%
Nivel bajo	93	32.3
Nivel medio	126	43.8
Nivel alto	69	24.0
Total	288	100.0

En la Tabla 4, de los 288 estudiantes de la carrera de Psicología el 43,8 % presentan un nivel medio de postergación de actividades lo que indica que retrasan sus actividades, reemplazándolas por acciones irrelevantes que tienden a ser agradables. Asimismo, solo un 24% presenta un nivel alto de postergación de actividades.

Tabla 5

Nivel de ansiedad de los estudiantes de psicología

	N°	%
Nivel Mínimo	11	3.8
Nivel Leve	109	37.8
Nivel Moderado	66	22.9
Nivel Grave	102	35.4
Total	288	100.0

En la Tabla 5, de los 288 estudiantes de la carrera de psicología se verifica que el 37,8% de los participantes presentan un nivel leve de ansiedad que es un porcentaje cercano al

35,4% que muestran un nivel grave de ansiedad; mientras que el 3,8% evidencia un nivel mínimo de ansiedad.

Tabla 6

Correlación entre ansiedad y postergación de actividades

		Postergación	
		Ansiedad	de actividades
Ansiedad	Correlación de Pearson	1	.479**
	Sig. (bilateral)		.001
	N	288	288
Postergación Académica	Correlación de Pearson	.479**	1
	Sig. (bilateral)	.001	
	N	288	288

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 6, la correlación r de Pearson es de 0.479, además esta correlación es significativa. Por lo que se puede afirmar con un 95% de confianza y que hay una correlación positiva moderada entre la variable ansiedad y la dimensión postergación académica y , porque el valor sig. (bilateral) es de 0.001 que se encuentra por debajo del 0.05 requerido.

Tabla 7

Correlación entre ansiedad y autorregulación académica

		Ansiedad	Autorregulación Académica
Ansiedad	Correlación de Pearson	1	.203*
	Sig. (bilateral)		.033
	N	288	288
Autorregulación Académica	Correlación de Pearson	.203*	1
	Sig. (bilateral)	.033	
	N	288	288

*. La correlación es significativa en el nivel 0.05 (bilateral).

En la tabla 7, la correlación r de Pearson es de 0.203, además esta correlación es significativa. Por lo que se puede afirmar con un 95% de confianza y que hay una correlación positiva baja entre las variables ansiedad y la dimensión autorregulación académica, porque el valor sig. (bilateral) es de 0.033 que se encuentra por debajo del 0.05 requerido.

Tabla 8

Correlación entre procrastinación académica y ansiedad

		Procrastinación	
		Académica	Ansiedad
Procrastinación Académica	Correlación de Pearson	1	.605**
	Sig. (bilateral)		.000
	N	288	288
Ansiedad	Correlación de Pearson	.605**	1
	Sig. (bilateral)	.000	
	N	288	288

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 8, la correlación r de Pearson es de 0.605, además esta correlación es significativa. Por lo que se puede afirmar con un 95% de confianza que hay una correlación positiva alta entre las variables procrastinación académica y ansiedad, porque el valor sig. (bilateral) es de 0.000 que se encuentra debajo del 0.01 requerido. Asimismo, afirma la hipótesis general ya que hay una relación entre ambas variables.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

La actual investigación tuvo como objetivo principal establecer la relación entre la procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana-2022, donde se emplearon los instrumentos estandarizados para la medición de variables. Seguido a ello, los resultados señalan que existe una correlación positiva alta entre las variables de procrastinación académica y ansiedad en los estudiantes de Psicología con el coeficiente de correlación de 0.605, estos hallazgos concuerdan con lo que menciona Sari y Herni (2018) con la investigación de ansiedad y la procrastinación académica de la Facultad de Enfermería de Universitas Indonesia, señalando ante su estudio que si hay una relación altamente significativa entre estas variables ($p= 0,005$) obteniendo una correlación positiva. Por otro lado, Estrada y Mamani (2020) en su investigación con ambas variables de estudio evidencian un resultado opuesto ante lo planteado con anterioridad, ya que, presenta un coeficiente de correlación rho de Spearman de 0.359; esto quiere decir, que su correlación es un p-valor inferior al nivel de significancia ($p=0,000<0,05$), y que mientras más procrastinan los estudiantes, los niveles de ansiedad aumentan considerablemente.

En cuanto a nuestro primer objetivo específico fue identificar el nivel de postergación de actividades en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana – 2022. Los resultados señalan que la mayoría de participantes evidencian un nivel medio de postergación de actividades; es decir, que acumulan y posponen sus pendientes académicos para última instancia; ello tiene similitud con la investigación de Altamirano (2020) a nivel de la población de estudiantes universitarios y los resultados encontrados en los niveles de esta dimensión que indican un riesgo y malestar en el área académica, que de continuar o reiterar con estos hábitos se puede producir un cambio considerable a procrastinadores crónicos que al repetir

estas conductas les genera autosabotaje. Asimismo, Steel (2007) acotó sobre cómo los factores motivacionales se relacionan e interfieren en la postergación de actividades, entre ellas encontramos la expectativa, valoración, impulsividad y demora de la satisfacción.

Para lograr el objetivo específico de identificar el nivel de autorregulación académica en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana – 2022.

presentando un nivel medio de autorregulación académica, se puede deducir que los estudiantes no presentan un problema de control de las emociones. Castro y Rodríguez, (2018) Realizó el estudio de procrastinación Académica y Ansiedad poniendo en énfasis que los niveles de autorregulación en la procrastinación son unos de los más preocupantes, ya que, el estudiante ante un examen no rinde lo suficiente, poniendo excusas para no ser evaluado.

También, se realizó el objetivo específico de identificar el nivel de ansiedad en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana – 2022. Los estudiantes muestran una ansiedad leve, es decir que presentan ataques de pánico, agitación y temblores leves. Esto se corrobora con lo manifestado por Villanueva y Ugarte (2017) la ansiedad es un estado emocional y por ende se mezcla con los sentimientos, las reacciones o sensaciones fisiológicas y las conductas que realiza una persona.

Por otro lado, un cuarto objetivo específico fue determinar la relación entre la dimensión de autorregulación académica y ansiedad en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana – 2022. Los resultados indican una correlación significativa positiva baja de 0.203, lo cual refleja una relación inversa; es decir, mientras la dimensión aumente, menor será la ansiedad. Además, Estrada y Mamani (2020) obtuvieron un valor inferior a nivel de significancia ($p=0,000<0,05$) teniendo como correlación -0,412, aunque ello revela que, si los estudiantes se autorregulan y organizan sus actividades académicas, el nivel de

ansiedad será menor, lo que se asemeja en la relación inversa planteada inicialmente. No obstante, se encontró una diferencia con los hallazgos de Guerrero (2022) revelando en su investigación un resultado opuesto con una correlación de 0.909 que señala una correlación positiva alta.

Finalmente, un quinto objetivo específico fue determinar la relación entre la dimensión de postergación de actividades y ansiedad en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada De Lima Metropolitana – 2022. Los resultados indican una correlación significativa positiva moderada de 0.479, lo cual refleja una relación directa; es decir, mientras la dimensión aumente, también mayor será la ansiedad. Asimismo, Cubas (2020) en su investigación “Procrastinación académica y ansiedad rasgo en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo” revela resultados similares al estudio donde existe una correlación altamente significativa 0.410. Esto significa que al no ejecutar las actividades académicas en una primera instancia se va a posponer de manera consecutiva hasta que llegue el momento exacto de la entrega de pendientes académicos; lo cual, genera rasgos ansiosos a los estudiantes.

Limitaciones

Al realizar la presente investigación se tuvieron algunas limitaciones por la pandemia del COVID -19. En primer lugar, hubo dificultad en la búsqueda de participantes, la realización de las encuestas y el consentimiento informado del encuestado; ya que, todo el procedimiento se realizó a través de la virtualidad mediante el google forms. Por ello, algunos de los participantes no respondían a los mensajes, ni ejecutaron las encuestas de manera adecuada; lo cual, indicaría una posible alteración en la muestra y los resultados. Además, en la búsqueda de páginas con alto nivel de confiabilidad como: Scielo, Dialnet, Google académico, Doaj y Redalyc, se presentaron

problemas para encontrar las dos variables de nuestro estudio, al hallar pocas investigaciones internacionales con ambas variables.

Implicancias

A nivel teórico, el presente estudio se empleará como base de datos para que las investigaciones que se realicen a futuro tengan fuentes fidedignas que emplear, con las mismas variables, dimensiones y en la población de estudiantes de Psicología.

A nivel práctico, se pudo hallar la relación significativa que presenta la procrastinación académica y la ansiedad en estudiantes de Psicología, para así poder realizar una adecuada intervención a partir de los diseños de programas preventivos o promocionales acorde a los descubrimientos en la investigación.

A nivel social, al conocer ya la problemática y tener los resultados de los participantes podremos brindar a las futuras investigaciones una información más actualizada para que se pueden hacer programas de intervención de acuerdo a los resultados obtenidos. En los resultados se encontró niveles bajos y altos dentro de procrastinación a través de sus dimensiones. Asimismo, se ha encontrado una correlación significativa entre ambas variables, eso quiere decir que la procrastinación académica y la ansiedad si tiene un impacto en el estudiante universitario.

Conclusiones

Existe una relación significativa entre la procrastinación académica y la ansiedad mostrando una correlación positiva alta.

En la dimensión de la postergación de actividades en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana – 2022, los estudiantes presentan un nivel medio.

El nivel de la autorregulación académica en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana – 2022 evidencian un nivel medio.

Los estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana – 2022 presentan un nivel de ansiedad leve.

Existe una relación significativa baja entre la dimensión de autorregulación académica y ansiedad en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana - 2022.

Existe una relación significativa moderada entre la dimensión de postergación de actividades y ansiedad en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana – 2022.

REFERENCIAS

- Alessio, A. y Main, L. (2019) *Ansiedad ante Exámenes y Procrastinación General y Académica en estudiantes universitarios de primer y último año de la carrera*. [Tesis Licenciatura, Universidad Católica Argentina] Repositorio de la Universidad Católica Argentina.
<https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/10603/1/ansiedad-examenes-procrastinacion-general.pdf>
- Altamirano, C (2020) *La procrastinación académica y su relación con los niveles de ansiedad en estudiantes universitarios*. [Tesis para optar por el Título de Psicóloga Clínica] Repositorio de la Universidad Técnica de Ambato
<http://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/31553/1/ALTAMIRANO%20CHERRYZ%20%20CYNTHIA%20ESTEFANIA%20%28sello%29.pdf>
- Altamirano, E y Rodríguez, L. (2021) Procrastinación académica y su relación con la ansiedad. *Revista Eugenio Espejo*, 15(3) 16 - 24. <http://scielo.senescyt.gob.ec/pdf/ree/v15n3/2661-6742-ree-15-03-00003.pdf>
- Apaza, J y Cardenas, P.(2020) *Adaptación de conducta y ansiedad en estudiantes del primero y segundo año de una universidad privada de Lima este* [Tesis de bachiller Universidad Peruana Unión]
https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/3609/Josue_Trabajo_Bachiller_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Arroyo, J. y Carbajal, M. (2020) *Evidencias Psicométricas de la Escala de Procrastinación Académica en Universitarios de la Provincia del Santa, 2020*. [Tesis Licenciatura, Universidad César Vallejo] Repositorio de la Universidad César Vallejo

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/62200/Arroyo_CJA-Carbajal_CMY-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Avila, N., Espinal M. y Peralta, A (2020) Relación entre la ansiedad por COVID-19 y la procrastinación académica. *Santo Domingo: Universidad Iberoamericana (UNIBE)*.

https://repositorio.unibe.edu.do/jspui/bitstream/123456789/528/1/18-0299_TF.pdf

Beck, A. T y Clark, D. A (2012) *Terapia Cognitiva para Trastornos de Ansiedad*. Henao, Bilbao. Editorial desclée de brouwer, S.A.

https://www.srmcursos.com/archivos/arch_5847348cec977.pdf

Belloch, A., Sandín, B. y Ramos, F. (2009). *Manual de Psicopatología*. Madrid, España 2da Ed. McGraw-Hill/interamericana de España, S. A. U.

<http://www.untumbes.edu.pe/vcs/biblioteca/document/varioslibros/1248.%20Manual%20de%20psicopatolog%C3%ADa.%20Vol.%202.pdf>

Busko, D. (1998). *Causes and consequences of perfectionism and procrastination: A Structural equation model*. [Tesis de maestría]. University of Guelph, Ontario.

https://atrium.lib.uoguelph.ca/xmlui/bitstream/handle/10214/20169/Busko_DeborahA_M_A.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Castro, D. y Rodríguez, R. (2018) *Procrastinación académica y ansiedad ante exámenes en estudiantes de Psicología de una universidad de Cajamarca*. [Tesis Licenciatura, Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo] Repositorio institucional UPAGU.

<http://repositorio.upagu.edu.pe/handle/UPAGU/733>

Chan, L. (2011) Procrastinación académica como predictor en el rendimiento en jóvenes de educación superior. *En la revista UNIFE 7(1) pp 53-62*

<https://revistas.unife.edu.pe/index.php/tematicapsicologica/article/view/807>

- Crocq, M (2015) A history of anxiety: from Hippocrates to DSM. *Dialogues Clin Neurosci*.
17(3) 319-325. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4610616/>
- Colegio de Psicólogos del Perú (2017) Código de ética profesional. Lima - Perú
<https://www.angelfire.com/pe/actualidadpsi/archivo/etica.html>
- Cubas, H. (2020) *Procrastinación académica y ansiedad rasgo en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo*. [Tesis Licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego]. Repositorio UPAO. <https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/7206>
- Escobar, A. y Corzo, Luz. (2018) *Procrastinación académica, autorregulación del aprendizaje y ansiedad en estudiantes de recién ingreso a comunidades universitarias*. [Tesis de maestría]. Repositorio Institucional Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD.
<https://repository.unad.edu.co/handle/10596/19280>
- Estrada, E. y Mamani, H (2020) Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes universitarios de Madre de Dios, Perú. *Apuntes Universitarios*, 10(4), 322–337.
<https://apuntesuniversitarios.upeu.edu.pe/index.php/revapuntes/article/view/517>
- García, et al, (2012). Los métodos de investigación. Murcia : *Universidad de Murcia*.
<https://www.ucm.es/data/cont/media/www/pag-135806/12%20metodologc3ada-1-garcia-y-martinez.pdf>
- 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 Benedito XVI Escuela de Posgrado]. Repositorio de la Universidad Católica de Trujillo.
https://repositorio.uct.edu.pe/bitstream/123456789/454/1/017100011G_017100022I_M_2018.pdf

- 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 Licenciatura, Universidad Privada del Norte] Repositorio institucional UPN. <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/29722>
- Gil , L y Botello, V(2018) Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Ciencias de la Salud de una Universidad de Lima Norte. *Dianet*, vol 3(2), 89-96.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6536897>
- Gómez, E. (2020) *Relación entre procrastinación académica y ansiedad-rasgo, en estudiantes de 6to semestre de la Licenciatura de Psicología en UDELAS, sede Panamá*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Especializada de las Américas]. Repositorio RI-UDELAS.
<http://repositorio2.udelas.ac.pa/handle/123456789/343>
- Hernandez, R., Fernandez, C. y Baptista, P. (2014) Metodología de la investigación 6ta edición
<https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
- Mamani y Aguila (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), 33-41.
<https://www.scilit.net/article/c777831b7c10015ff416fea0f9d1b424>
- Marquina, Horna y Huare. (2018) Ansiedad y procrastinación en estudiantes universitarios. *Revista ConCiencia EPG*, 3(2), 89 - 97
<https://revistaconcienciaepg.edu.pe/ojs/index.php/55551/article/view/67>
- Ministerio de Sanidad. (2020) Actualización nº 13. Neumonía por nuevo coronavirus (2019-nCoV) en Wuhan, provincia de Hubei, (China). Madrid: Ministerio de Sanidad;

2020. https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov/documentos/Actualizacion_13_2019-nCoV_China.pdf

Monje, C. (2011) Metodología de investigación cuantitativa guía didáctica. Universidad surcolombiana. <https://www.uv.mx/rmipe/files/2017/02/Guia-didactica-metodologia-de-la-investigacion.pdf>

Procil, D. (2020). *Factores asociados a la procrastinación académica en estudiantes universitarios*. [Bachiller, Universidad Continental, Huancayo]. Repositorio Institucional Continental. <https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/9599>

Organización Panamericana de la Salud (2018) La carga de los trastornos mentales en la Región de las Américas, 2018. Pag. 16
https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/49578/9789275320280_spa.pdf?sequence=9

Ramos, K. y Pedraza, Y. (2017) Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de enfermería de una universidad privada de Chiclayo - 2017. [Tesis Licenciatura] Universidad Señor de Sipán.
<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/4606/Ramos%20Julian%20-%20Pedraza%20Fern%C3%A1ndez.pdf?sequence=1>

Saplavska & Jerkunkova (2018) Academic procrastination and anxiety among students. *Semantic Scholar*, 17(357) 1192 - 1197. <https://www.semanticscholar.org/paper/Academic-procrastination-and-anxiety-among-students-%C5%A0aplavska-Jerkunkova/63719c403952cf7fd163ad4ef3efc593d59f1f11>

Sari & Herni (2018) Anxiety level and academic procrastination among clinical nursing students in the faculty of nursing of universitas indonesia. *Semantic Scholar*, 3 96-99.

<http://proceedings.ui.ac.id/index.php/uiphm/article/view/205>

Spielberger, C (1966) *Theory and Research on Anxiety*. Edición del Reino Unido Publicado por ACADEMIC PRESS INC. (LONDON) LTD.

[https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr&id=45pGBQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA3&dq=Spielberger%2C%20C.%20D.%20\(1966\).%20Theory%20and%20Research%20on%20Anxiety.%20En%20C.%20D.&ots=C40iNQsBgZ&sig=qrmSGtJgV17hOQuGecSUvcsj8q&authuser=0#v=onepage&q=Spielberger%2C%20C.%20D.%20\(1966\).%20Theory%20and%20Research%20on%20Anxiety.%20En%20C.%20D.&f=false](https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr&id=45pGBQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA3&dq=Spielberger%2C%20C.%20D.%20(1966).%20Theory%20and%20Research%20on%20Anxiety.%20En%20C.%20D.&ots=C40iNQsBgZ&sig=qrmSGtJgV17hOQuGecSUvcsj8q&authuser=0#v=onepage&q=Spielberger%2C%20C.%20D.%20(1966).%20Theory%20and%20Research%20on%20Anxiety.%20En%20C.%20D.&f=false)

Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94.

<https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>

Thornberry, G. (2011). *El rol de las creencias irracionales en la relación entre los eventos activadores, y las consecuencias emocionales y conductuales en estudiantes de dos universidades privadas de Lima* (Tesis doctoral). Universidad San Martín de Porres, Lima, Perú.

UNESCO. IESALC. (2020) *COVID-19 y educación superior. De los efectos inmediatos al día después*. Estudio en América Latina y el Caribe.

<https://www.iesalc.unesco.org/wp-content/uploads/2020/05/COVID-19-ES-130520.pdf>

Valero, N., Vélez, M., Duran, Á. y Torres, C. (2020) Afrontamiento del COVID-19: estrés, miedo, ansiedad y depresión. *Enfermería Investiga Vol. 5(3) 63-70*.

<https://revistas.uta.edu.ec/erevista/index.php/enfi/article/view/913/858>

Villanueva y Ugarte (2017) *Niveles de ansiedad y la calidad de vida en estudiantes de una universidad privada de Arequipa.*

https://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2017_2/NIVELES%20DE%20ANSIEDAD.pdf

Zaid, G(2010) La historia de la palabra “procrastinar”. *Revista Letras Libres.*

<https://letraslibres.com/revista-espana/procrastinar-2/>

ANEXOS

ANEXO 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA

TÍTULO: “PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA METROPOLITANA - 2022.”				
PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
1. Problema General:	1. Objetivo General:	1. Hipótesis General:	Variable 1:	1. Tipo de Investigación:
¿Cuál es la relación entre la procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana - 2022?	Establecer la relación entre la procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana - 2022.	Existe relación entre la procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana – 2022.		Enfoque cuantitativo
				2. Nivel de la Investigación:
				Nivel correlacional
2. Problemas Específicos:	2. Objetivos Específicos:	2. Hipótesis Específicas:	Variable 1:	3. Diseño de la Investigación:
¿Cuál es el nivel de postergación de actividades en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana – 2022?	Identificar el nivel de postergación de actividades en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana – 2022..	Los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana - 2022 presentan niveles altos de postergación de actividades.	Procrastinación académica	Diseño no experimental de corte transversal
			-	
			Autorregulación Académica	4. Método:
			- Postergación de Actividades	Enfoque Cuantitativo
				5. Población:
¿Cuál es el nivel de autorregulación académica en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana – 2022?	Identificar el nivel de autorregulación académica en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana – 2022.	Los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana – 2022 presentan niveles altos de autorregulación académica.		Estudiantes (hombres y mujeres) de psicología de los últimos ciclos de una universidad Privada de Lima Metropolitana y quienes se encuentran matriculados en el semestre académico 2022-1.

<p>¿Cuál es el nivel de ansiedad en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana – 2022?</p>	<p>Identificar el nivel de ansiedad en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana – 2022.</p>	<p>Los estudiantes de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana – 2022 presentan niveles altos de ansiedad.</p>	<p>6. Muestra: 288 estudiantes universitarios de la carrera de Psicología, ambos sexos, de una universidad privada de Lima Metropolitana</p>
<p>¿Cuál es la relación entre la dimensión de autorregulación académica y ansiedad en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana - 2022?</p>	<p>Determinar la relación entre la dimensión de autorregulación académica y ansiedad en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana – 2022.</p>	<p>Existe relación entre la dimensión de autorregulación académica y ansiedad en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana – 2022.</p>	<p>7. Unidad de Estudio: Estudiantes universitarios de la carrera de Psicología, ambos sexos, de una universidad privada de Lima Metropolitana</p> <p>8. Técnica de Recolección: Encuesta</p>
<p>¿Cuál es la relación entre la dimensión de postergación de actividades y ansiedad en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana - 2022?</p>	<p>Determinar la relación entre la dimensión de postergación de actividades y ansiedad en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana – 2022.</p>	<p>Existe relación entre la dimensión de postergación de actividades y ansiedad en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana – 2022.</p>	<p>Variable 2: Ansiedad (Unidimensional)</p> <p>9. Instrumento de Recolección: V1: Autor: Deborah Ann Busko, año 1998. Escala de Procrastinación Académica (EPA) V2: Autor: Beck y Steer, año 1993. Inventario de ansiedad de Beck (IAB)</p>

ANEXO 2

Escala de Procrastinación Académica (EPA)

Sergio Alexis Domínguez Lara, Graciela Villegas García y Sharon Brigitte Centeno Leyva (2014)

A continuación encontrarás una serie de preguntas que hacen referencia a tu modo de estudiar. Lee cada frase y contesta según tus últimos 12 meses de tu vida como estudiante marcando con una X de acuerdo con la siguiente escala de valoración:

N = Nunca

CN = Casi Nunca

AV = A Veces

CS = Casi siempre

S = Siempre

		N	CN	AV	CS	S
1	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.					
2	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.					
3	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.					
4	Asisto regularmente a clase.					
5	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.					
6	Postergó los trabajos de los cursos que no me gustan.					
7	Postergó las lecturas de los cursos que no me gustan.					
8	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.					
9	Invierto el tiempo necesario en estudiar aún cuando el tema sea aburrido.					
10	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.					
11	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.					
12	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.					

ANEXO 3

INVENTARIO DE ANSIEDAD DE BECK (BAI)

Thornberry, (2011)

INSTRUCCIONES: Marque con una (X), en cada uno de los siguientes síntomas, el grado en que se ha visto afectado durante la última semana y en el momento actual.

Elija la opción que mejor corresponda:

0 = En Absoluto.

1 = Levemente (No me molesta mucho).

2 = Moderadamente (Fue muy desagradable, pero podía soportarlo).

3 = Severamente (Casi no podía soportarlo).

	SÍNTOMAS	0	1	2	3
1.	Hormigueo o entumecimiento.				
2.	Sensación de calor.				
3.	Temblor de piernas.				
4.	Incapacidad de relajarse.				
5.	Miedo a que suceda lo peor.				
6.	Mareo o aturdimiento.				
7.	Palpitaciones o taquicardia.				
8.	Sensación de inestabilidad e inseguridad física.				
9.	Terrores.				

10.	Nerviosismo.				
11.	Sensación de ahogo.				
12.	Temblores de manos.				
13.	Temblo generalizado o estremecimiento.				
14.	Miedo a perder el control.				
15.	Dificultad para respirar.				
16.	Miedo a morir.				
17.	Sobresaltos.				
18.	Molestias digestivas o abdominales.				
19.	Palidez.				
20.	Rubor facial.				
21.	Sudoración (no debida al calor).				

ANEXO 4

GOOGLE FORMS (CONSENTIMIENTO INFORMADO)



Sección 1 de 3

PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA METROPOLITANA - 2022

Estimado (a) participante:
Es grato dirigimos a ustedes, somos estudiantes del 10mo ciclo de la carrera de Psicología de la Universidad Privada del Norte - Los Olivos. Les saluda Angela M. Cárcamo Fuster y Areli E. Obregón Gómez, en esta oportunidad estamos realizando un proyecto de investigación. Por ello, necesitamos su apoyo y contamos con su participación de manera voluntaria.

Cabe señalar que la información registrada será empleada solo con fines académicos y los resultados recogidos son confidenciales.

Al aceptar la participación en este estudio de manera voluntaria usted brinda su autorización para el desarrollo de la investigación. Además, se le pedirá responder con veracidad y las preguntas serán hechas en un aprox. de 15 minutos. Tus respuestas a los cuestionarios serán codificadas usando un número de identificación y por ello, serán anónimas.

Requisitos:
* Ser estudiante de la carrera de Psicología
* Cursar en el semestre académico 2022-1
* Mayor de 18 años

Gracias por tu participación.

