



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE **Psicología**

“PROCRASTINACIÓN Y ADICCIÓN A LAS
REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE
PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA
DE LIMA NORTE”

Tesis para optar al título profesional de:

Licenciado en Psicología.

Autores:

Ariana Lahibon Apolino Herrera

Diego Enrique Medina Agüero

Asesor:

Mg. Nancy Alfonsina Negreiros Mora

<https://orcid.org/0000-0002-6432-1298>

Lima - Perú

2023

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	ROSA DIANA PEDROZA SAN MIGUEL

Jurado 2	KELLY MAGDALENA SANTA CRUZ CACERES

Jurado 3	NANCY ALFONSINA NEGREIROS MORA

INFORME DE SIMILITUD

TESIS - DIEGO

INFORME DE ORIGINALIDAD

0%

INDICE DE SIMILITUD

0%

FUENTES DE INTERNET

0%

PUBLICACIONES

0%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

Excluir citas

Apagado

Excluir coincidencias

Apagado

Excluir bibliografía

Apagado

DEDICATORIA

El presente trabajo de tesis está dedicado a la voluntad de Dios, por motivarnos y permitirnos tener la fuerza necesaria para lograr obtener uno de nuestros primeros logros en la vida, A nuestros padres, por su entrega, amor y constante apoyo incondicional, pues gracias al trabajo que han realizado durante todos estos años, este, se ha visto reflejado a lo largo de esta hermosa carrera. Además, gracias a los valores inculcados por ellos somos personas de bien en la vida, siendo un orgullo y privilegio ser sus hijos, A nuestros hermanos por ser ese motor que nos permite continuar y brindarnos esa fuerza para poder incentivarnos y ser un ejemplo para ellos.

AGRADECIMIENTO

Mostramos nuestra gratitud hacia Dios, pues gracias a su bendición permitió que nuestra familia nos acompañe en todo este proceso formativo.

Así mismo agradecemos infinitamente a nuestros padres que con sus palabras de aliento y apoyo incondicional, nos hicieron llegar a la cima de nuestras metas, esperamos ser el orgullo de sus vidas.

Por otro lado, agradecer a todas aquellas personas que formaron y forman parte de nuestra alma mater, la Universidad Privada del Norte, a nuestra facultad de Psicología, por confiar en nosotros y gracias a su esfuerzo constante permitirnos estar donde estamos ahora. Así mismo agradecer a nuestra asesora Mg. Nancy Alfonsina Negreiros Mora, también a la profesora Jacqueline Cárdenas Ochoa quien fue esa inspiración quien originó ser futuros psicólogos de calidad.

TABLA DE CONTENIDO

JURADO EVALUADOR	2
INFORME DE SIMILITUD	3
DEDICATORIA	4
AGRADECIMIENTO	5
TABLA DE CONTENIDO	6
ÍNDICE DE TABLA	7
RESUMEN.....	8
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	9
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	21
CAPÍTULO III: RESULTADOS	26
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	29
REFERENCIAS.....	33
ANEXOS	39

ÍNDICE DE TABLA

Tabla 1. <i>Correlación entre procrastinación y adicción a las redes sociales.....</i>	Pág. 27
Tabla 2. <i>Correlación entre procrastinación y obsesión por las redes sociales.....</i>	Pág. 27
Tabla 3. <i>Correlación entre procrastinación y falta de autocontrol.....</i>	Pág. 28
Tabla 4. <i>Correlación entre procrastinación y uso excesivo de las redes sociales....</i>	Pág. 28

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre la procrastinación y la adicción a las redes sociales en los estudiantes universitarios evaluados. El método empleado fue de enfoque cuantitativo, de alcance descriptivo – correlacional, de diseño no experimental y de corte transversal. La muestra de estudio estuvo conformada por 202 estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada ubicada en Lima. Los instrumentos que se emplearon fueron el ARS para medir la adicción a las redes sociales y la Escala EPA para medir la procrastinación académica. El cuestionario fue aplicado mediante un formulario de Google Forms, conformado por 36 preguntas las cuales se evaluaron mediante la escala Likert. Los resultados mostraron una correlación positiva y directa entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación, al determinar el Coeficiente de correlación de Spearman ($r_s=.382$), siendo una correlación positiva/directa con un nivel de significancia bilateral de $p=.000$ siendo esta significativa y se procede aceptar la hipótesis afirmando que existe relación significativa entre procrastinación y adicción a las redes sociales, en los estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima, es decir que, a mayores niveles de procrastinación académica, existirá mayores niveles de adicción a las redes sociales. Por tanto, se concluye que existe una relación importante entre la adicción a las redes sociales, con sus dimensiones.

PALABRAS CLAVES: *Adicción, procrastinación, redes sociales, estudiantes universitarios*

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

En el contexto mundial, según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2019) las personas que se encuentran ocupando su tiempo en un entorno estudiantil o de trabajo tienden a tener mayor facilidad de pérdida del autocontrol en su tiempo y una mayor carga en el trabajo; puesto que el 15% de los jóvenes que estudian o trabajan, desvían su tiempo a diferentes actividades, suelen experimentar un trastorno mental y emocional, logrando que este sea generador no solo de sintomatologías, sino también de trastornos graves. Asimismo, uno de cada tres jóvenes hace uso irrefrenable de las redes sociales e internet, situación que es preocupante para los jóvenes estudiantes y la manera en cómo enfrentan las problemáticas. También es importante precisar que las emociones están relacionadas a los niveles de ansiedad, estrés, y poco autocontrol, ya que estas situaciones son generadoras de aislamiento de interacción social, optando por un entorno digital que genera dependencia como estímulos tranquilizantes o respuesta inmediata. (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF], 2021).

En el contexto nacional, según el Ministerio de Salud (MINSA, 2019) el uso exagerado de nuevas tecnologías, como las redes sociales y el Internet, podría ocasionar el aislamiento social y desarrollar un comportamiento adictivo en los niños y adolescentes, por lo que la exposición a dichas plataformas digitales debe ser menor a las cuatro horas al día. Por otro lado, un diagnóstico temprano puede descubrir padecimientos encubiertos, tales como depresión, ansiedad, hiperactividad con déficit de atención, aislamiento y cuadros psicóticos. Además, pueden presentar problemas de obesidad o dificultad para conciliar el sueño. En el caso de los adolescentes se debe trabajar con la motivación, para hacerles entender las consecuencias positivas y negativas del uso del Internet. Enfatizar sus cambios de conductas, estado de ánimo, bajo rendimiento académico, aislamiento social extremo de

su entorno social, incluyendo a la familia. (MINSA, 2019). El Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2021) demuestra que existió un incremento de uso de internet en los jóvenes que utilizan internet a diario, reflejado entre hombres y mujeres, haciendo uso de 88.7 % que utilizaron internet por lo menos, más de una vez al día. Asimismo, se encontró que la población joven y adolescente son los mayores usuarios de Internet.

A nivel local se encontró que existe una gran interacción en las redes sociales por parte de los jóvenes estudiantes tanto de nivel pregrado como posgrado, así mismo se evidencia que ingresan más de dos veces al día para ver las actualizaciones constantes de las redes sociales, acorde la investigación señala que el un 94% tienen redes sociales en sus dispositivos móviles, esto siendo consciente que a un mayor uso, existe mayor procrastinación, demostrando que los jóvenes que están el programa de pregrado obtienen mayor influencia en torno a las redes sociales. (Matalinares et al.,2017) También se precisa que los estudiantes experimentan ansiedad, posponen sus labores académicas, siendo consecuencia de factores digitales como las redes sociales en donde invierten su tiempo, desviando sus actividades principales; generando pérdida de tiempo, autocontrol, ansiedad y desarrollando hábitos de esperar hasta el último minuto para realizar sus actividades. (Gil & Botello, 2018).

Zabala (2021), en Bogotá, buscó conocer la relación que se tiene entre la ansiedad, la sintomatología de las adicciones y la adicción a las redes sociales frente un escenario de procrastinación en estudiantes universitarios en un colegio de Bogotá, esta investigación es de tipo cuantitativa, se realizó en base a un diseño no experimental con un alcance descriptivo correlacional, así mismo se basó en una población de 75 estudiantes de ambos géneros, teniendo un 62.7% de población femenino y un 37,3% de género masculino, para

poder realizar estas evaluaciones se utilizaron 3 instrumentos los cuales fueron, el test de déficit emocional, estrés y anhedonia (DASS-21), el test de Adicción a las Redes Sociales (ARS) y la Escala de Procrastinación Académica (EPA) al haber sido ejecutados según los criterios de los autores y siendo procesada por un filtro estricto, se obtuvo los resultados los cuales demuestran sí existe una correlación significativa en el nivel de ,050 (bilateral), la cual se asocia entre la postergación de las actividades y la adicción a las redes sociales, siendo de tipo positiva.

Ferraro (2020) refiere que la investigación realizada en Buenos Aires, Argentina, tuvo como objetivo buscar la relación que se tiene entre las redes sociales y la procrastinación en jóvenes estudiantes, esta investigación es de diseño no experimental, con alcance descriptivo y correlacional, así mismo se basó en una población de 650 participantes los cuales oscilaban dentro de una edad de 18 a 30 años. Para poder realizar estas evaluaciones se utilizaron 3 instrumentos los cuales fueron. El instrumento sociodemográfico, cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS), escala de procrastinación general (EPG), al haber sido ejecutados según los criterios de los autores y siendo procesada por un filtro estricto, se obtuvo los resultados los cuales reflejan la relación entre ambas variables, así demostrando que sí existe una relación significativa con un coeficiente de 0,513 ($p= 0,00$) la cual se asocia entre la procrastinación académica y los factores de adicción a las redes sociales, sobre todo en la población de 26 a 30 años, los cuales tienen índices altos de uso excesivo de las redes sociales.

En México, se estudió la relación que se tiene entre la procrastinación y el estrés académico en estudiantes de educación técnica, esta investigación es de tipo cuantitativo, se realizó en base a un diseño no experimental, con una medición correlacional, así mismo se basó en una población de 450 estudiantes de ambos géneros, teniendo un 44.8% de población

masculina y un 55.2% de género femenino, para poder realizar estas evaluaciones se utilizaron 2 instrumentos los cuales fueron, la Escala de Procrastinación Académica de Busko creada en el año 1998 y la prueba de estructura factorial. Al haber sido ejecutados según los criterios de los autores y siendo procesada por un filtro estricto, se obtuvo los resultados los cuales demuestran que sí existe una relación de manera positiva de la postergación de actividades ($p < .01$) con el estrés académico y todas sus dimensiones, tales como estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento. (Barraza & Barraza, 2018)

Corzo (2018) refiere que en Colombia, se estudió la relación que se tiene entre la procrastinación académica, la autorregulación del aprendizaje y la ansiedad en los estudiantes universitarios de recién ingreso, esta investigación es de tipo cuantitativo, siendo un estudio observacional, así mismo se basó en una población de 407 participantes los cuales 253 eran del género femenino y 154 eran del género masculino, todos ellos pertenecían a 11 carreras universitarias, para poder realizar estas evaluaciones se utilizaron 4 instrumentos los cuales fueron. El instrumento sociodemográfico, Escala de Procrastinación Académica (EPA), instrumento de autorregulación del aprendizaje y el cuestionario STAI de ansiedad Estado y rasgo, al haber sido ejecutados según los criterios de los autores y siendo procesada por un filtro estricto, se obtuvo los resultados los cuales demuestran que sí existe una relación significativa con un coeficiente de 0,417 ($p = 0,00$) la cual se asocia entre la procrastinación académica y los factores de autorregulación del aprendizaje.

La investigación realizada en México tuvo como objetivo buscar la relación que existe entre los modelos de la personalidad y conducta adictiva a las redes sociales y, dicho esto en un ambiente de jóvenes universitarios en una universidad de Nueva León, se aplicaron cuestionarios, siendo aplicados en una población de 251 estudiantes, dentro de estos, 102 del género masculino y 149 del género femenino, para que esta investigación se

lleva a cabo se realizó con dos escalas, una de ellas es el cuestionario de Adicción a redes sociales (ARS), así mismo se aplicó el inventario de los cinco factores (BFI) Big Five Inventory, los resultados que demostraron las escalas aplicadas entre la correlación de los modelos de la personalidad y la conducta adictiva de las redes sociales ($Rho= 0.189$) demostrando que no hay diferencias relevantes en la aplicación de las redes sociales en los estudiantes universitarios, así mismo demuestra que la investigación se basa en la relación empírica entre ambas variables. Los resultados mostraron una correlación significativa positiva en la dimensión de neuroticismo y correlación negativa significativa con las dimensiones de amabilidad y responsabilidad. En conclusión, el estudio presentó evidencia empírica de la relación de la adicción a las redes sociales y la personalidad. (Becerra, 2017)

Por otro lado, Esquivel (2020), en el Perú, estudió la relación que se tiene entre la adicción a las redes sociales y procrastinación estudiantes universitarios de una universidad privada de Trujillo, esta investigación es de tipo sustantiva, se realizó en base a un diseño descriptivo correlacional, así mismo se basó en una población de 380 estudiantes de ambos géneros, oscilando entre las edades 16 a 19 años, todos ellos pertenecientes a los 5 primeros ciclos, para poder realizar estas evaluaciones se utiliza el instrumento de recolección de datos, Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) y la Escala de Procrastinación Académica (EPA) Al haber sido ejecutados según los criterios de los autores y siendo procesada por un filtro estricto, se obtuvo los resultados los cuales demuestran que sí existe una relación muy alta entre la procrastinación y el uso excesivo a las redes sociales, siendo positiva, en significancia de .000, lo que significa que existe una relación media positiva. Además, se encontró que la procrastinación tuvo correlación positiva entre pequeñas y moderadas con las tres dimensiones de adicción a las redes sociales (obsesión, falta de autocontrol y uso excesivo).

Correa y Díaz (2020), en el Perú, estudiaron la relación que se tiene entre la adicción a las redes sociales y la autoestima en adolescentes estudiantes de dos instituciones en la provincia de Cajamarca, esta investigación es de tipo sustantiva, se realizó en base a un diseño descriptivo correlacional, así mismo se basó en una población de 92 estudiantes de ambos géneros, oscilando entre las edades 14 a 17 años, para poder realizar estas evaluaciones se utiliza el instrumento de recolección de datos, Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) y el inventario de Autoestima, Al haber sido ejecutados según los criterios de los autores y siendo procesada por un filtro estricto, se obtuvo los resultados los cuales demuestran que si existe una relación, sin embargo se encuentra en un nivel alto, puesto que se obtuvo una correlación positiva entre ambas variables obteniendo así Rho de Spearman ($r = ,860$) el cual mantiene una correlación significativa que es menor de 0,05 entre las variables de Adicción a las redes sociales y Procrastinación en adolescentes estudiantes de dos instituciones en la provincia de Cajamarca.

En el Perú, se investigó las similitudes que se tiene entre la Adicción a redes sociales y procrastinación académica en universitarios de la selva peruana de un centro de estudio superior privado, el diseño fue no experimental con alcance correlacional y corte transversal. La población estuvo constituida por estudiantes universitarios, donde se seleccionaron 304 alumnos. Los instrumentos utilizados fueron: el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales y la Escala de Procrastinación Académica. La distribución de los datos no resultó normal ($p < 0,05$). Los valores globales de adicción a redes sociales y procrastinación académica no se correlacionaron estadísticamente ($p > 0,05$). Además, la mayoría de los estudiantes involucrados se catalogaron en el nivel medio. No existió correlación estadística entre las dos variables del estudio; sin embargo, sí existió en lo referente a la adicción a las redes sociales en relación con la autorregulación académica y la postergación de actividades. (Arteaga et al., 2022)

En el Perú, se estudió la correlación que existe mediante las dependencias a las redes sociales y la variable procrastinación en alumnos¹¹ de los tres primeros años de secundaria en un colegio de Ancón, esta investigación es de corte transversal, tiene un diseño descriptivo correlacional, así mismo se basó en una población de 265 estudiantes de ambos géneros, oscilando entre las edades 15 a 17 años, todos ellos pertenecientes a los 3 primeros años del nivel secundario, 79 estudiantes son mujeres y 186 estudiantes son hombres, para poder realizar estas evaluaciones se utiliza el instrumento de recolección de datos, Cuestionario semi estructurado demográfico Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) y el instrumento de Procrastinación Académica (EPA) Al haber sido ejecutados según los criterios de los autores y siendo procesada por un filtro estricto, se obtuvo los resultados los cuales demuestran que si existe una relación entre la procrastinación académica con un nivel de significancia $p = 0,01$ siendo menor al 5%, observando que la adicción a las redes sociales tiene una relación estadísticamente significativa con la procrastinación académica en los estudiantes de secundaria, entre la procrastinación y el uso excesivo a las redes sociales, en los estudiantes del colegio nacional de Ancón. En el análisis correlacional se aprecia según el coeficiente de correlación de Spearman de la adicción a las redes sociales es $Rho = 754^{**}$ ($p < 0,05$) con la procrastinación académica con un nivel de significancia $p = 0,01$. (Maldonado, 2019)

Castro y Mahamud (2017) estudiaron la correlación que se tiene entre la procrastinación escolar y la adicción descontrolada frente a las redes sociales, en el entorno de una universidad de Lima Metropolitana, esta investigación fue en base a 168 estudiantes los cuales tenían edades que oscilan entre los 18 a 25 años, para la realización de esta investigación se evaluaron con dos escalas las cuales medían la validez y confiabilidad, estos estudios arrojaron que la procrastinación académica se encuentra en un nivel medio y alto,

puesto que dentro de la población encuestada 11.91% se encuentra ubicada en un nivel alto de adicción al internet y un 49.40% se encuentra ubicado en un nivel moderado.

Con respecto a las bases teóricas relacionadas a la adicción a las redes sociales, Ecurra y Salas (2014) mencionan que la adicción a las redes sociales es dominio de la persona en un entorno digital, causando deterioro y cambios de conducta en la persona en todo ámbito, asimismo, hacen énfasis en el ámbito social, donde su entorno más importante lo nota, siendo su familia y amigos, causando una interacción distinta con su entorno.

Este modelo establece tres dimensiones entorno la adicción de las redes sociales, por un lado, se muestra aquellos individuos que únicamente utilizan las redes sociales y el internet de forma obsesiva, haciendo uso desmedido e inconsciente de las redes sociales, basando sus emociones y relaciones en ella, así como la falta de autocontrol frente estímulos donde demuestra el control de tiempo y la frecuencia con la cual habla, así como el uso desmedido en las redes sociales. (Salas & Ecurra, 2014)

Hacen mención que los factores relacionados a la adicción a las redes sociales e internet, en la primera dimensión hacemos referencia a la Obsesión e inquietud por las redes sociales, las cuales tienen como indicadores el tiempo el cual se mantienen conectados a internet y como su relación se ve afectada en el estado de ánimo, así mismo, se basa en la predisposición psicológica y el procesamiento cognitivo que tiene el sujeto frente a los estímulos. (Salas & Ecurra, 2014)

En la segunda dimensión se hace referencia a la falta de autocontrol frente a las redes sociales, comprende, el uso desmedido y la dificultad que tiene el individuo de controlar su propio uso frente a estímulos como el videojuego o redes sociales, de este modo, retardando las tareas o actividades, el sujeto se ve envuelto a consecuencias, sin embargo, la que más

resalta es la consecuencia en el entorno físico, ya que este se descuida de un modo que no se centra en su propio bienestar. (Salas & Escurra, 2014)

En la tercera dimensión se hace referencia al uso descontrolado de las redes sociales, comprende, el uso desmedido y la capacidad de permanecer durante un largo tiempo frente a las redes sociales, sin necesidad de tomar descansos o centrarse en sí mismo, además, no toma en cuenta sus propias metas, tareas, actividades a realizar, en este nivel afecta directamente a la educación, a la enseñanza, teniendo total concentración en las redes sociales y su adaptabilidad en el medio virtual o cibernético. (Salas & Escurra, 2014)

Con respecto a las bases teóricas correspondiente a la procrastinación, el concepto procrastinación tiene que ver con un comportamiento caracterizado por la presencia de una postergación voluntaria de una actividad importante o con un propósito definido, a pesar de que, la no realización de sus responsabilidades pueda conllevar consecuencias negativas, incluso si las consecuencias positivas de realizar la tarea puedan ser más elevadas. (Klingsieck, 2013; Mann, 2016)

Este modelo establece dos dimensiones de los factores de procrastinación (Álvarez, 2010) menciona que la procrastinación académica, es el acto de postergar consigo mismo, no solo tareas, si no que trasciende más allá de ello como metas, responsabilidades, visión a futuro, entre otros, de este modo evade cualquier tipo de responsabilidad, en ocasiones culpando a su entorno por el hecho de no realizar sus actividades. Así mismo, la procrastinación académica, tiene dos dimensiones. La primera dimensión es, la autorregulación académica, la cual se ve envuelta en el hecho de prepararse ante cualquier situación, si es que el sujeto logra anticiparse ante situaciones que requieran preparación, como en el caso educativo, suelen ser los exámenes, de este modo, la necesidad de cooperar en tareas y buscar ayuda en caso sea necesaria, cumpliendo actividades, planteando mejorar

el ambiente estudiantil, motivando sus propios planes, así logrando el cumplimiento de sus objetivos. Mientras que la segunda dimensión es la postergación de actividades, la cual se ve envuelta en el hecho de posponer las actividades y tareas que necesita cumplir, ya sea, por distracción, problemas, factores ambientales, entre otros, así no logrando obtener sus objetivos. (Busko, 1998) adaptado por (Domínguez et al., 2014)

Esta investigación presenta relevancia teórica, ya que permitirá identificar los factores relacionados con la procrastinación y la adicción a las redes sociales. Además, la procrastinación académica tiene un desarrollo importante en la vida del estudiante, viéndose involucrado en el proceso de aprendizaje y en su desarrollo profesional. De este modo, con los estudios encontrados, se podrá implementar medidas que permitan concientizar la problemática existente entre ambas variables.

La presente investigación es de gran importancia, identificando los factores y buscando herramientas para analizarlas, señalando alternativas la cual genere una concientización del uso de las redes y no siendo una base de distracción y procrastinación para los estudiantes esta investigación tiene como objetivo principal buscar los factores asociados a la procrastinación y las redes sociales, de los cuales pueda generar estrategias y generar programas de prevención.

Desde esta perspectiva, que involucra el nivel metodológico, muestra el uso de diversos instrumentos, materiales e investigaciones científicas. Evidenciando la validez y confiabilidad de los resultados obtenidos correspondientes a los instrumentos aplicados a los estudiantes universitarios de la carrera de psicología. Además, el enfoque de la investigación fue cuantitativo, con un diseño no experimental y un alcance descriptivo correlacional. Permitiendo analizar e identificar la relación significativa entre las variables adicción a las

redes sociales y la procrastinación. Con la finalidad de ser de uso práctico y beneficioso para futuras investigaciones científicas.

En función a todo lo dicho anteriormente, se planteó la siguiente pregunta general de investigación, la cual fue: ¿Cuál es la relación entre las variables procrastinación y la adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte? Así también se plantearon las preguntas específicas de investigación, las cuales fueron: ¿Cuáles son los niveles de procrastinación en estudiantes de una universidad privada de Lima norte?, así también ¿Cuáles son los niveles de adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima norte? ¿Cuál es la relación entre la procrastinación y la dimensión Obsesión por las redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima norte? ¿Cuál es la relación entre la procrastinación y la dimensión Falta de control personal en estudiantes de una universidad privada de Lima norte? ¿Cuál es la relación entre la procrastinación y la dimensión Uso excesivo de las redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima norte?

Por otro lado, en cuanto a los objetivos, el objetivo general fue determinar la relación entre las variables procrastinación y la adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima norte. Mientras que, los objetivos específicos fueron, determinar los niveles de procrastinación en estudiantes de una universidad privada de Lima norte. Determinar los niveles de adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima norte. Determinar la relación entre la procrastinación y la dimensión Obsesión por las redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima norte. Determinar la relación entre la procrastinación y la dimensión Falta de control personal en estudiantes de una universidad privada de Lima norte.

Finalmente, en cuanto a las hipótesis, la hipótesis general planteo que existe relación entre las variables procrastinación y la adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima norte. Mientras que las hipótesis específicas mencionaron que: **H1:** Existe relación entre la procrastinación y la dimensión Obsesión por las redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima norte. **H2:** Existe relación entre la procrastinación y la dimensión Falta de control personal en estudiantes de una universidad privada de Lima norte. **H3:** Existe relación entre la procrastinación y la dimensión Uso excesivo de las redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima norte.

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

La presente investigación fue de enfoque cuantitativo ya que posee un orden de manera secuencial, es por ello que se propone una secuencia como una suposición, del cálculo de las variables presentadas, según el contexto en el cual se desenvuelven y las conclusiones que pueden traer como resultado del proceso, siendo este un desarrollo de base y carácter científico (Cadena et al., 2017). Cuenta con un diseño no experimental, pues no hubo manejo o manipulación de las variables (Hernández et al., 2014). A demás, es de alcance correlacional, desarrollando diferentes estudios, los individuos mostraron interés por el proceso progresivo de la presencia de la interacción social, usando diversas variaciones de relación lineal, entre las variables dentro de un análisis correlacional. Por otro lado, la metodología utilizada, permitirá identificar y mantener la relación entre las variables seleccionadas. (Candela et al., 2020). Por otro lado, es de corte transversal, siendo definido como el estudio de un momento específico y determinado de tiempo, a diferencia de las investigaciones longitudinales que requieren un monitoreo en el tiempo (Cvetkovic et al., 2021)

La población estuvo constituida por 2647 universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima norte; teniendo como característica que el 65% son de género femenino y el 35% de género masculino. La muestra fue determinada por la técnica de muestreo no probabilístico porque la población total no refleja tener la misma posibilidad de ser electos (Otzen & Manterola, 2017). Así mismo, su muestreo fue por conveniencia, siendo elegida según la conveniencia de los investigadores, seleccionando de forma

arbitraria la cantidad de individuos del estudio (Hernández, 2021). La muestra quedó conformada por 192 estudiantes, teniendo como criterios de inclusión: estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima, pertenecer a los últimos 3 ciclos, ser mayores de 18 años. Y como criterios de exclusión: estudiantes de la carrera de psicología que no se encuentren actualmente estudiando o matriculados, estudiantes de otra universidad no pertenecientes al sector privado de Lima norte, estudiantes menores de 18 años, estudiantes que no sean de la carrera de psicología.

Respecto a la técnica usada fue la encuesta, siendo un método de investigación utilizado en estudios cuantitativos y cualitativos. Dentro de los estudios cuantitativos, se describe como un procedimiento sistemático para la recolección de información de los individuos examinados, con el objetivo de formar descriptores cuantitativos de las cualidades de la población general, estudiando las características generales del grupo en cuestión. (Groves et al., 2004)

En referencia a los instrumentos de recolección de datos, se tomó en consideración los siguientes: para medir la variable adicción a las redes sociales se usó el Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS) de Miguel Escurra M. y Edwin Salas B. Año: 2014. Tiene el objetivo de ser instrumento medible para diagnósticos en base a la adicción en redes sociales. Se distribuyen los ítems en 3 dimensiones: obsesión por las redes sociales: 2, 3, 5, 6, 7, 13, 15, 19, 22, 23, falta de control personal en el uso de las redes sociales: 4, 11, 12, 14, 20, 24, uso desmedido de las redes sociales 1, 8, 9, 10, 16, 17, 18, 21. La validez que tiene el test de (ARS) según sus valores son (GFI=.92; RMR=.06; RMSEA=.04) La confiabilidad que tiene el test de (ARS) según sus valores según el alfa 3 de Cronbach es variante entre 80 a 90 según sus dimensiones. Teniendo la adaptación de Vite (2018) la confiabilidad por

consistencia interna se obtuvo .92 en el alfa de Cronbach y también se aplicó el coeficiente de Omega, arrojando un valor de .92.

Para el presente estudio se determinó la confiabilidad en un valor global de .95 mediante el Alfa de Cronbach, considerado como alto, el factor Obsesión por las redes sociales estimando un valor de .91, Falta de control .88 y Uso excesivo de las redes sociales.92.

Por otro lado, para medir la variable de procrastinación se usó el Cuestionario de Procrastinación en Adolescentes (EPA) de Edmundo Arévalo L. Año: 2011. La cual tuvo como objetivo ser instrumento medible para diagnósticos en base a la medición de la autorregulación académica y el hecho de posponer sus tareas de manera autosuficiente. Es de tipo escala, siendo su última adaptación al español, Lima-Perú, en el año 2014 por Villegas, Centeno y Domínguez, su forma de calificación es respondiendo 12 ítems, marcando detenidamente las alternativas planteadas según el cuestionario, siendo subdivididas en factores los cuales las respuestas no tienen un resultado que se considere positivo o negativo, la administración de la prueba puede establecer una duración de un aproximado de 5 a 10 minutos. En base a la puntuación planteada el puntaje menor es 12, así como el puntaje medio es 36 y el puntaje más alto 60. La validez es de +/-1.5 que se encuentra acorde los resultados encontrados de la prueba EPA. En cuanto a sus propiedades psicométricas de su última adaptación hecha en Lima (Perú) por Villegas et. al. (2014), en base a su confiabilidad, se hizo el cálculo con el coeficiente Omega de McDonald y el Alfa de Cronbach, obteniendo resultados de 0.821 dentro de la primera dimensión, en la segunda dimensión se tiene 0.75 y 0.816 en la dimensión general. (Maldonado, 2019)

En referencia al proceso de recolección de datos, se procedió a solicitar el permiso para recolección de información, los instrumentos fueron adaptados para su aplicación vía On line a través de la plataforma Google Forms durante 3 semanas, consignando el consentimiento informado, concluida la recolección de traslado los datos se organizaron a través del programa de Microsoft Excel para su respectivo análisis.

Respecto al análisis de datos se desarrollaron por medio de fórmulas estadísticas e inferenciales utilizando el programa estadístico SPSS. Se aplicó la prueba de distribución de normalidad de los datos recolectados, realizando el análisis estadístico de Kolmogorov – Smirnov, obteniendo una distribución asimétrica o no normal, en consecuencia, se utilizó la prueba no paramétrica del Rho Serman, determinando la comprobación de la hipótesis con la Rho de Spearman. Así mismo para determinar la calidad de los instrumentos se realizó una muestra piloto de 50 personas para validar la confiabilidad de la escala del cuestionario de Adicción a las Redes sociales (ARS) 2014; obteniendo un coeficiente de alfa de Cronbach de .92; para Cuestionario de Procrastinación en adolescentes (EPA) 2014, mostró según el alfa de Cronbach un resultado de 0.816 en la dimensión general.

Respecto a las consideraciones éticas, la investigación se basó en los criterios éticos del colegio de psicólogos y los de investigación de la UPN según las normas APA, previo al desarrollo del trabajo de estudio, se les comunicó a los individuos examinados cada una de las finalidades y objetivos de la presente investigación. Además, durante el proceso de evaluación se respetó la identidad de los evaluados, se mantuvo una total confidencialidad durante el desarrollo de la misma, por lo que toda la información básica de los participantes fue protegida, siendo esta confidencial. Valorando la participación de los estudiantes, con la

opción de abandonar la investigación, si los términos no son adecuados para ellos. (Mendoza, 2015)

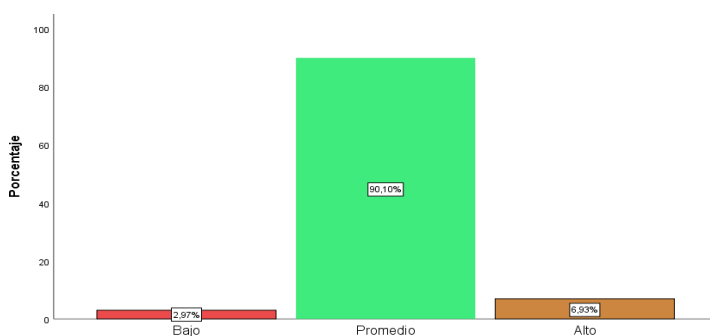
CAPÍTULO III: RESULTADOS

Con respecto a los resultados obtenidos en la siguiente investigación tenemos los siguientes:

Resultados Descriptivos:

Figura 1

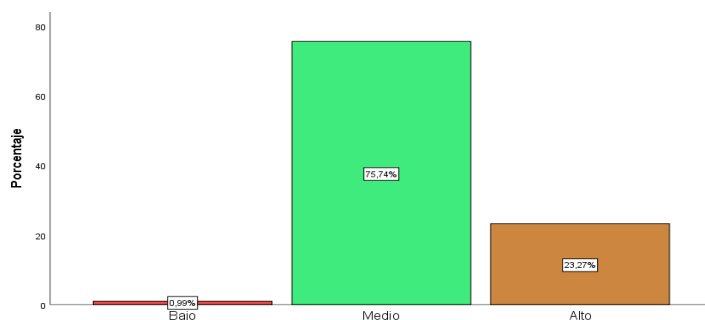
Niveles de procrastinación en porcentajes



De acuerdo con la figura 1, se evidencia un 6.93% de estudiantes que procrastinan, en tanto que un 90% procrastina de forma no constante.

Figura 2

Niveles de adicción a las redes sociales



De acuerdo con la figura 2, se evidencia que un 23.27% de estudiantes tienen adicción a las redes sociales, en tanto que un 75,74% poseen un nivel medio de adicción a las redes sociales.

Hipótesis general

Existe relación significativa entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima norte.

Tabla 1

Correlación entre procrastinación y adicción a las redes sociales

Correlación	Sig. (bilateral)	n
,382	.000	202

Nota: La Correlación es significativa a nivel 0.01 (bilateral)

En la presente tabla N.º 1, se evidencia un $Rho = ,382$ siendo una correlación positiva/directa con un nivel de significancia bilateral de $p= 0,00$ siendo esta significativa y se procede aceptarla hipótesis afirmando que existe relación significativa entre procrastinación y adicción a las redes sociales en los estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima.

Tabla 2

Correlación entre procrastinación y obsesión por las redes sociales

Correlación	Sig. (bilateral)	n
,332**	.000	202

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

En la presente tabla N.º 2, se evidencia un $Rho = ,332$ siendo una correlación positiva/directa con un nivel de significancia bilateral de $p= 0,00$ siendo esta significativa y se procede aceptar la hipótesis afirmando que existe relación significativa entre

procrastinación y obsesión por las redes sociales, en los estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima.

Tabla 3

Correlación entre procrastinación y falta de autocontrol

Correlación	Sig. (bilateral)	n
,313**	.000	202

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

En la presente tabla N.º 3, se evidencia un $Rho = ,313$ siendo una correlación positiva/directa con un nivel de significancia bilateral de $p= 0,00$ siendo esta significativa y se procede aceptar la hipótesis afirmando que existe relación significativa entre procrastinación y falta de autocontrol por las redes sociales en los estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima.

Tabla 4

Correlación entre procrastinación y uso excesivo de las redes sociales

Correlación	Sig. (bilateral)	n
,325**	.000	202

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

En la presente tabla N.º 4, se evidencia un $Rho = ,325$ siendo una correlación directa/positiva con un nivel de significancia bilateral de $p= 0,00$ siendo esta significativa y se procede aceptar la hipótesis afirmando que existe relación significativa entre procrastinación y uso excesivo de las redes sociales, en los estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Respecto a los niveles de procrastinación, se evidenció un 6.93% de estudiantes que procrastinan, en tanto que un 90% procrastina de forma no constante. Resultados que discrepan de los encontrados por Esquivel y Lidia (2020), quienes obtuvieron que solo un 10% de los universitarios procrastina de forma constante. Es importante precisar que la postergación de actividades tiene mayor incidencia en estudiantes de psicología los primeros ciclos, lo que no sucede con los estudiantes de ciclos, quienes tienden a organizar su tiempo de una mejor manera. (Arteaga, 2022)

Respecto a los niveles de adicción a las redes sociales, se evidenció que un 23.27% de estudiantes tienen adicción a las redes sociales, mientras que un 75,74% posee un nivel medio de adicción a las redes sociales. Resultados que discrepan con los encontrados por Maldonado (2019), quien observó un predominio del nivel alto, así mismo ubicándose en esta categoría un 34.9% en su valoración media, 39,1% y 37,8% en la postergación de actividades un 27,8%. Entendiéndose como adicción el tiempo que se mantienen conectados a internet y como su relación se ve afectada en el estado de ánimo, así mismo, se basa en la predisposición psicológica y el procesamiento cognitivo que tiene el sujeto frente a los estímulos. (Salas & Ecurra, 2014)

Respecto al propósito que fue determinar la relación entre la procrastinación académica y la adicción a las redes sociales en los estudiantes de psicología en una universidad privada de Lima norte. Encontrando un $Rho = ,382$ siendo una correlación positiva/directa con un nivel de significancia bilateral de $p= .000$ siendo esta significativa y

se procede aceptar la hipótesis afirmando que existe relación significativa entre procrastinación y adicción a las redes sociales, en los estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima, es decir que, a mayores niveles de procrastinación académica, existirá mayores niveles de adicción a las redes sociales. Así mismo, estos resultados concuerdan con lo reportado por Ferraro (2020) quien demostró que sí existe una relación significativa con un coeficiente de $r=.513$ ($p=.000$) la cual se asocia entre la procrastinación académica y los factores de adicción a las redes sociales. Es importante precisar que a mayor nivel de adicción frente las redes, el nivel de procrastinación disminuye, como consecuencia de la falta de dominio de la persona en un entorno digital (Corzo, 2018).

Respecto a la correlación entre procrastinación y la dimensión obsesión por las redes sociales se evidencia un $Rho = .332$ siendo una correlación positiva/directa con un nivel de significancia bilateral de $p= .000$ siendo esta significativa y se procede aceptar la hipótesis afirmando que existe relación significativa entre procrastinación y adicción a las redes sociales, en los estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima. Ante ello a mayor obsesión, el individuo se ve en la predisposición de estar psicológicamente atraído ante estímulos que sean generadores de adicción (Salas & Ecurra, 2014), señala que existe una relación, encontrándose en un nivel bajo, puesto que se obtuvo una correlación directa entre ambas variables obteniendo así Rho de Spearman ($Rho= .860$) el cual mantiene una correlación significativa que es menor de $.005$ entre las variables de Adicción a las redes sociales y Procrastinación en los estudiantes (Correa & Díaz, 2020).

Por otro lado, la correlación entre la procrastinación y la dimensión falta de autocontrol se evidencia un $Rho = .313$ siendo una correlación positiva/directa con un nivel de significancia bilateral de $p= 0,00$ siendo esta significativa y se procede aceptar la hipótesis

afirmando que existe relación significativa entre procrastinación y adicción a las redes sociales, en los estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima. (Salas & Ecurra, 2014) se hace referencia a la falta de autocontrol frente a las redes sociales, comprendiendo el uso desmedido y la dificultad que tiene el individuo de controlar su propio uso frente a estímulos como los videojuegos o las redes sociales, posponiendo las tareas o actividades. Donde el sujeto se ve envuelto en las consecuencias debido a la falta de autocontrol, descuidando en gran medida, su propio bienestar. estos resultados discrepan de Arteaga et al. (2022) demostrando que los valores de la adicción a redes sociales y procrastinación académica no se correlacionaron estadísticamente ($p > 0,05$), los cuales tienen relación entre la adicción a las redes sociales en relación con el autocontrol.

Respecto a la correlación entre la procrastinación y la dimensión uso excesivo de las redes sociales se evidencia un $Rho = ,325$ siendo una correlación positiva/directa con un nivel de significancia bilateral de $p = .000$ siendo esta significativa y se procede aceptar la hipótesis afirmando que sí existe relación significativa entre procrastinación y adicción a las redes sociales, en los estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima. Los resultados concuerdan con Ferraro (2020) reflejando la relación entre ambas variables, y afirmando que existe una relación significativa con un coeficiente de $r = .513$ ($p = .000$) la cual se asocia entre la procrastinación académica y los factores de adicción a las redes sociales, encontrando índices altos del uso excesivo de las redes sociales.

En cuanto a las limitaciones fue que se tuvo que recurrir a dos pruebas psicológicas adaptadas a Perú que contaron con gran cantidad de ítems, por lo que el proceso de recolección de datos fue más tardío. Otra limitación fue la no generalización de resultados porque la muestra fue no probabilística.

Así mismo, dentro de las implicancias prácticas se precisa que se deben efectuar más investigaciones en torno a la adicción a las redes sociales y a la procrastinación para generar autoconfianza y autoeficacia en los alumnos como requisito indispensable para lograr disminuir la procrastinación y la adicción en las redes sociales con el objetivo de lograr sus metas a un tiempo estimado y con el aprendizaje concreto todo ello fue comparado.

Finalmente, en cuanto a las conclusiones del estudio, a nivel general se buscó determinar la relación entre las variables procrastinación y la adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte, encontrándose una correlación positiva/directa significativa. Por otro lado, el primer objetivo específico fue determinar los niveles de procrastinación en estudiantes de una universidad privada de Lima norte, donde se obtuvo una correlación positiva significativa. Así también, el segundo objetivo específico de investigación fue determinar los niveles de adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima norte, frente a lo cual se halló una correlación positiva significativa. El tercer objetivo específico fue determinar la relación entre la procrastinación y la dimensión Obsesión por las redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte, donde se obtuvo una correlación positiva significativa. Y finalmente, el último objetivo específico fue determinar la relación entre la procrastinación y la dimensión Falta de control personal en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte, hallándose una correlación positiva significativa.

REFERENCIAS

Araujo Robles, E. D. (2016). Indicadores de adicción a las redes sociales en universitarios de Lima. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 10(2),48-58.

DOI: <http://dx.doi.org/10.19083/ridu.10.494>

Araujo Robles, E. D. (2016). Indicadores de adicción a las redes sociales en universitarios de Lima. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 10(2),48-58.

DOI: <http://dx.doi.org/10.19083/ridu.10.494>

Arteaga, et al. (2022). Adicción a redes sociales y procrastinación académica en universitarios de la selva peruana . *Revista Eugenio Espejo*, vol. 16, núm. 3, 2022.

DOI: <https://doi.org/10.37135/ee.04.15.02>

Arias-Gómez, J., Villasís-Keever, M. Á., & Miranda Novales, M. G. (2016). El protocolo de investigación III: la población de estudio. *Revista Alergia México*, 63(2), 201-206.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=486755023011>

Ibáñez, D.B.; Freundt-Thurne, Úrsula; Montemayor, D.J.G.; Garzón, K.T.P (2018).

Consumo y confianza de los cibermedios en Perú. Un estudio sobre los estudiantes universitarios. *RISTI - Revista Iberica de Sistemas e Tecnologias de Informacao*, E16, 66–79.

<https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/625041/OnlineMedia.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

- Burgos-Torre, K. S., & Salas-Blas, E. (2020). Procrastinación y Autoeficacia académica en estudiantes universitarios limeños Procrastination and Academic Self-efficacy in University Students from Lima. *Previspropósitos y Representaciones*, 8(3), 790. <http://dx.doi.org/10.205111/pyr2020.v8n3.790>
- Gil- Tapia, L., Botello- Principe, L (2018). Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Ciencias de la Salud de una Universidad de Lima Norte. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6536897>
- Cañon Buitrago, S. C., Castaño Castrillón, J. J., Hoyos Monroy, D. C., Jaramillo Hernández, J. C., Leal Ríos, D. R., Rincón Viveros, R., Sánchez Preciado, E. A., & Urueña Calderón, L. S. (2016). Uso de excesivo del internet y su correlación con la salud emocional en estudiantes universitarios de la ciudad de Manizales (Caldas-Colombia), 2015-2016. *Archivos de Medicina (Manizales)*, 16(2), 312–325. <https://doi.org/10.30554/archmed.216.2.1735>.
- Challco, K, et. (2016). Riesgo de adicción a redes sociales, autoconcepto y autocontrol en estudiantes de un colegio de nivel secundario. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 9(1), 9-15.
- Dominguez-Lara, S. A., & Campos-Uscanga, Y. (2017). Influence of study satisfaction on academic procrastination in psychology students: a preliminary study. *Liberabit: Revista Peruana de Psicología*, 23(1), 123–135. <https://doi.org/10.24265/liberabit.2017.v23n1.09>
- Echeburúa, E. & Corral, P. (2010). Dependencia a las redes y tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 91-96.

- Escurra, M. y Salas, E. (2014). Elaboración y consolidación del cuestionario de adicción a medios digitales (ARS). *Liberabit*. 20(1), 73 – 91
- Esquivel, C. y Lidia, E. (2020). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en educandos de una universidad privada de Trujillo* (Tesis de bachiller) Universidad Privada Antenor Orrego – UPAO. Trujillo.
<https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/6988>.
- Esquivel, L. (2020). *Relación entre la dependencia a las redes sociales y digitales entorno a la procrastinación en alumno universitario de una universidad privada de Trujillo* (Tesis de licenciatura). Recuperado de:
https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/6988/1/REP_PSIC_LIDIA_ESQUIVEL_ADICCI%C3%93N.REDES.SOCIALES.PROCRASTINACI%C3%93N.ESTUDIANTES.UNIVERSIDAD.PRIVADA.TRUJILLO.pdf
- Fernández-Castillo, E., Chóliz, M., Martínez, A., Rodríguez, Y., & Monteagudo, P. (2019). Evaluación de las propiedades psicométricas del Test de Dependencia al Teléfono Móvil en estudiantes universitarios cubanos. *Revista Katharsis*, 27, 73–85.
<https://doi.org/DOI: https://doi.org/10.25057/25005731.115073>
- Fernández, J., Casal, L., Fernández, C., & Cebreiro, B. (2020). Actitudes Y Uso De Internet Y Redes Sociales En Estudiantes Universitarios / As De Galicia : Implicaciones Personales Y Sociales Attitudes and Use of Internet and Social Networks in University Students in Galicia : *Revista Prisma Social*, 28(1), 145.160
- Fernández, T., Fernández-Villa, T., Alguacil Ojeda, J., Almaraz Gómez, A., María, J., Carral, C., Delgado- Rodríguez, M., García-Martín, M., Jiménez-Mejías, E., Llorca,

- J., Molina, A. J., Ortíz Moncada, R., Félix Valero-Juan, L., & Martín, V. (2015). Uso problemático de internet en estudiantes universitarios: factores asociados y diferencias de género. *Adicciones*, 27, 265–275. http://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/handle/10272/11669/Uso_problemativo_de_Internet.pdf?sequence=2
- Fernández, J.K., & Quevedo, X.. (2018). *Dependencia a las redes e internet y procrastinación escolar en universitarios*. [Tesis de Grado]. <http://repositorio.uss.edu.pe/handle/uss/4981>
- INEI, (2022). Aumentó población usuaria de Internet mediante teléfono celular. <https://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/se-incremento-poblacion-que-utiliza-internet-a-diario-12806/>
- Galarza, C, et. al (2017). Procrastinación académica, adicción al internet didáctico y rendimiento escolar de alumnos universitarios ecuatorianos. *Estudios Pedagógicos*, 43(3), 275–289. <https://doi.org/10.4067/S0718-070520170003000016>
- García Galera, M.d.C., Del Olmo Barbero, J. y Del Hoyo Hurtado, M. (2018). Jóvenes, privacidad y dependencia en las redes sociales. *II Congreso Internacional Move. Net Sobre Movimientos Sociales y TIC*, 128–138. <https://idus.us.es/xmlui/handle//11441/70629>
- Garrote-Rojas, D., Jiménez-Fernández, S., & Gómez-Barreto, I. M. (2018). Problems derived from the use of internet and mobile phone in university students. *Formacion Universitaria*, 11(2), 99–108. <https://doi.org/10.4067/S0718-50062018000200099>

- Gil, J., & Garzón, A. (2017). Gestión del tiempo y procrastinación en la educación superior. *Universitas Psychologica*, 16(3), 14. <https://search-proquest.com.up.idm.oclc.org/docview/2102898652?pq-origsite=summon>
- OMS, (2023). Recursos técnicos sobre sustancias que pueden causar dependencia. <https://www.who.int/es/news/item/01-06-2023-who-launches-a-single-source-repository-on-drug-dependence-information>
- ONU, (2021). Aumenta la preocupación por el bienestar de los niños y los jóvenes ante el incremento del tiempo que pasan frente a las pantallas. <https://www.unicef.org/es/comunicados-prensa/aumenta-la-preocupaci%C3%B3n-por-el-bienestar-de-los-ni%C3%B1os-y-los-j%C3%B3venes-ante-el>
- Haycock, L.; McCarthy, P. & Skay, C. (1998). Dilación en estudiantes universitarios: el papel de la autoeficacia y la ansiedad. *Journal of Counseling and Development*, 317-324. Obtenido de <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/j.1556-6676.1998.tb02548>
- Hilt, J. A. (2019). Relationship With Academic Performance. *Revista de Investigación Apuntes Universitarios* 9, (3), P103-116, 14p, 3, 103–116. <https://core.ac.uk/download/pdf/287242274.pdf>
- Maldonado Berea, G. A., García González, J., & Sampedro Requena, B. E. (2019). El efecto de las TIC y redes sociales en estudiantes universitarios. RIED. *Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 22(2), 153. <https://doi.org/10.5944/ried.22.2.23178>

- Matalinares Calvet, M. L.et, al (2017). Procrastinación y adicción a redes sociales en estudiantes universitarios de pre y post grado de Lima. *Revista Digital de Horizonte de la ciencia*, 1(2),48-58. DOI: <https://doi.org/10.26490/uncp.horizonteciencia.2017.13.355>
- Mendoza Lipa, J. R. (2018). Uso desmedido de redes digitales e internet y Rendimiento académico en estudiantes de cuarto año de la carrera de psicología UMSA. *Educación Superior*, 5(2), 57–70. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2518-828320180002900008
- MINSA, (2019). Uso exagerado de nuevas tecnologías puede generar aislamiento del entorno social y comportamiento adictivo en los niños. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/49244-se-recomienda-menos-de-cuatro-horas-diarias-de-internet-para-evitar-adiccion-en-menores-de-edad>
- Padilla-Romero, C., & Ortega-Blas, J. (2017). Adicción a las redes sociales y sintomatología depresiva en universitarios. CASUS. *Revista de Investigación y Casos En Salud*, 2(1), 47–53. <https://doi.org/10.35626/casus.1.2017.31>
- Ramos, C., et. (2017). Procrastinación, adicción a las redes y rendimiento escolar académico en alumnos universitarios de ecuador. *Estudios Pedagógicos*, 3, 275-289.
- Ruiz, C. (2018). Recibido: 06 de enero de 2018 Aceptado: 10 de marzo de 2016. XXXVII, 232–256.

ANEXOS

ANEXO N°1 MATRIZ DE CONSISTENCIA

Problemas	Objetivos	Hipótesis		Dimensiones	Metodología
<p>Problema General</p> <p>¿Cuál es la relación entre las variables procrastinación y la adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima norte?</p> <p>Problema Específicos</p> <p>- ¿Cuáles son los niveles de procrastinación en estudiantes de una universidad privada de Lima norte?</p> <p>- ¿Cuáles son los niveles de adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima norte?</p>	<p>Objetivo General</p> <p>Determinar la relación entre las variables procrastinación y la adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima norte.</p> <p>Objetivos Específicos</p> <p>- Determinar los niveles de procrastinación en estudiantes de una universidad privada de Lima norte.</p> <p>- Determinar los niveles de adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima norte.</p> <p>- Determinar la relación entre la procrastinación y la dimensión Obsesión por las redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima norte.</p> <p>- Determinar la relación entre la procrastinación y la dimensión</p>	<p>Hipótesis General</p> <p>Existe relación entre las variables procrastinación y la adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima norte.</p> <p>Hipótesis Especificas</p> <p>- Existe relación entre la procrastinación y la dimensión Obsesión por las redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima norte.</p> <p>- Existe relación entre la procrastinación y la dimensión Falta de control personal en estudiantes de una universidad privada de Lima norte.</p> <p>- Existe relación entre la procrastinación y la dimensión Uso excesivo de las redes sociales en</p>	<p>Variable 1</p> <p>Adicción a las redes sociales</p> <p>Variable 2</p> <p>Procrastinación</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Obsesión por las redes sociales • Falta de autocontrol • Uso excesivo de las redes sociales • Autorregulación académica • Postergación de actividades 	<p>Enfoque</p> <p>Cuantitativo</p> <p>Alcance</p> <p>Correlacional</p> <p>Diseño</p> <p>No experimental, de corte transversal</p> <p>Población</p> <p>202 estudiantes de la carrera profesional de Psicología de una universidad privada de Lima norte, durante el periodo 2021- II</p> <p>Muestra</p> <p>La muestra es de tipo no probabilístico y está representada por los 202</p>

<p>- ¿Cuál es la relación entre la procrastinación y la dimensión Obsesión por las redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima norte?</p> <p>- ¿Cuál es la relación entre la procrastinación y la dimensión Falta de control personal en estudiantes de una universidad privada de Lima norte?</p> <p>- ¿Cuál es la relación entre la procrastinación y la dimensión Uso excesivo de las redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima norte?</p>	<p>Falta de control personal en estudiantes de una universidad privada de Lima norte.</p>	<p>estudiantes de una universidad privada de Lima norte.</p>			<p>estudiantes de la carrera profesional de Psicología de una universidad privada de Lima norte, durante el periodo 2021-II</p> <p>Técnica</p> <p>Encuesta</p> <p>Instrumentos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Escala de Adicción a las redes sociales (ARS) - Escala de Procrastinación Académica (EPA)
---	---	--	--	--	---

ANEXO N°2 MATRIZ DE OPERALIZACION DE LAS VARIABLES

VARIABLES	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	DIMENSIONES	ITEMS	ESCALDA DE MEDICION
Adicción a las redes sociales	Hace mención que una red social siempre va a estar acompañada de la compulsión ya que va a generar la necesidad de tener aprobación por las demás personas siendo éste un causante perfecto para pasar más tiempo en alguna red social ya sea implementando el perfil o el muro con diversos datos de la persona que considera importante (Gavilanes, 2015)	Se evaluará a través de la Escala de Adicción a las Redes Sociales y digitales (ARS) de los autores Miguel Ecurra y Edwin Salas. El cual contempla las áreas de obsesión por las redes digitales y sociales, falta de control en el entorno personal en el uso de las redes sociales y uso excesivo de las redes sociales.	Obsesión por las redes sociales	2,3,5,6,7,13,15,19,22,23	1=Siempre 2=Casi siempre 3=Algunas veces 4=Raras veces 5=Nunca
			Falta de autocontrol	4,11,12,14,20,24	
			Uso excesivo de las redes sociales	1,8,9,10,16,17,18,21	
Procrastinación	Se define como el acto de postergar alguna actividad ya sea de inicio a fin de alguna actividad que ya se tenía programada, este pude ser remplazado por actividades que no son necesarias o no requieren importancia. (Álvarez. 2010, p. 29)	Se evaluará a través de la Escala de la escala de Procrastinación de Iparraquirre, Cangahuala y Javier (2014). La cual contempla las áreas de falta de motivación, dependencia, baja autoestima, desorganización, evasión de la responsabilidad.	Autorregulación académica	2,5,6,7,10,11, 12	1=Siempre 2=Casi siempre 3=A veces 4=Casi nunca 5=Nunca
			Postergación de actividades	1, 3, 4, 8, 9	