



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de Psicología

“PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS”; una revisión de la literatura científica de los últimos diez años.

Trabajo de investigación para optar al grado de:

Bachiller en Psicología

Autor:

Sol Belen Castillo Berrios

Asesor:

Dra. Jenny Yovanna Torpoco Alcoser

Lima - Perú

2020

DEDICATORIA

Este trabajo está dedicado a mis padres y hermanos quienes me dan apoyo incondicional y me incentivan a seguir estudiando.

AGRADECIMIENTO

A Dios por darme entendimiento y sabiduría.

A mi madre, hermanos y sobrinos que me acompañan cada día, quienes me motivan a seguir estudiando y ser una mejor persona.

Para todos ellos, mis agradecimientos y que Dios los bendiga.

INDICE DE CONTENIDO

DEDICATORIA	2
AGRADECIMIENTO	3
RESUMEN	7
CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN	8
CAPÍTULO II. METODOLOGÍA	11
CAPÍTULO III. RESULTADOS	17
CAPÍTULO IV. CONCLUSIONES.....	29
REFERENCIAS.....	31

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	14
Tabla 2	15
Tabla 3	22
Tabla 4	25
Tabla 5	26

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1: Criterios de descarte que se utilizaron para las investigaciones excluidas.	17
.....	
Figura 2: Investigaciones publicadas por año.	18
Figura 3: Investigaciones incluidas por tipo de investigación (artículos y tesis).	19
Figura 4: Artículos publicados por país, en los diez últimos años.....	19
Figura 5: Tesis presentados por departamentos del Perú, según porcentaje.....	20
Figura 6: Artículos encontrados por base de datos.....	21
Figura 7: Tesis encontradas según la base de datos en la que se publicó.....	23
Figura 8: Investigaciones según el tipo de estudio en porcentajes.....	23
Figura 9: Investigaciones según el enfoque metodológico en el que se estudió.....	24
Figura 10: Palabras clave que tiene mayor coincidencia en las investigaciones	27

RESUMEN

La procrastinación académica es un fenómeno común en los estudiantes universitarios, ya que la mayoría de las veces requieren presentar actividades académicas en una fecha límite; el cual puede convertir en un factor para que el estudiante repita el curso, tenga un fracaso académico o abandone los estudios, lo que es el problema de la mayoría de las universidades. Por ello, el objetivo de estudio es revisar estudios teóricos y empíricos acerca de la procrastinación académica en estudiantes universitarios en los últimos diez años, mediante una revisión sistemática.

Para la revisión se tomó en cuenta artículos y tesis, entre los años 2010 al 2019 y en el idioma español. Las bases de datos donde se encontraron información fueron: Dialnet, Google académico, Base, ProQuest, Ebsco, Renati y Alicia Concytec. Los resultados obtenidos tienen en común la importancia de trabajar esta problemática. Las conclusiones fueron que este fenómeno tiene una relevancia social ya que afecta varios aspectos de la vida del estudiante; también indica que prevalece la tendencia de asociar la procrastinación académica con otras variables, como: académicos y personales, puesto que brinda mayor panorama del tema. La limitación que se tuvo fue no encontrar mayor cantidad de artículos sobre el tema.

PALABRAS CLAVES: Procrastinación, procrastinación académica, dilación académica y estudiantes universitarios.

CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN

Todas las personas acostumbran regularmente a plantearse metas en la vida, ya sean metas a corto, mediano o largo plazo; para lo cual uno mismo tiene que formarse un plan con actividades y objetivos, considerando el tiempo necesario para lograr la meta propuesta. Si se realizan las actividades cumpliendo el plan es muy posible que se cumpla la meta; en caso contrario que no se realicen las actividades cumpliendo con el objetivo, es muy probable que no se logre la meta. Por lo general, las personas que no cumplen con las actividades que se proponen se las señala como perezosas e irresponsable, esto puede ser debido a la falta de diligencia para la realización de las tareas, y si esto se presentará en todas las áreas de su vida le traerá consigo un malestar subjetivo, considerándola como una persona procrastinadora.

La procrastinación es entendida como la acción de posponer o retrasar las responsabilidades frente a las tareas, desperdiciando y retrasando el tiempo de manera intencional (Tuckman, 2003, p.433). Es un fenómeno característico de la sociedad moderna, por lo que algunos lo consideran como un "mal moderno" (Steel, 2007, p. 66). Este término en el ámbito educativo se le conoce como "procrastinación académica", siendo este un fenómeno muy común en los estudiantes ya que la mayoría de las tareas académicas deben presentarse en una fecha límite.

Onwuegbuzie (2004) lo define como la "Postergación innecesaria y a propósito en el inicio o conclusión de las tareas académicas hasta el punto de experimentar incomodidad" (p.5). Asimismo, Quant y Sánchez (2012) refieren que es el desplazamiento voluntario de las actividades académicas que se tienen que realizar dentro de un tiempo límite. Por otro lado, Ackerman y Gross (2007) señalan que es una conducta que se modifica en el tiempo y está condicionada por variables propiamente educativas. Estos autores afirman que es la tendencia de posponer de manera voluntaria la realización de las actividades académicas dentro de un

tiempo límite, y que esta conducta está influenciada por factores educativos, como los hábitos de estudio, cursos, carrera, entre otros.

Ferrari, Díaz, O'Callaghan, Díaz y Argumedo (2007) realizaron un estudio en Perú, donde el 13.5% y 14.6% consideran que la procrastinación académica es un problema grave, y que un 70% de los estudiantes universitarios demuestran ser procrastinadores. Esta investigación evidencia que esta conducta es común en esta población, lo que indica que la mayoría de los estudiantes realizan la tarea a última hora o a veces no logran realizarla a tiempo, lo cual puede ser dado por diversos motivos, como: la falta de diligencia, poca motivación, problemas de autorregulación afectiva, cognitiva o conductual, u otros; lo cual se ve reflejado en el rendimiento académico. Este fenómeno se puede convertir en un factor para que el estudiante repita el curso, abandone los estudios y tenga un fracaso académico; lo que actualmente es un problema en la mayoría de las universidades e institutos.

“Se estima que entre el 80% y el 95% de los estudiantes universitarios adoptan conductas dilatorias en algún momento, el 75% se considera a sí mismo procrastinador y el 50% aplaza frecuentemente la dedicación a los estudios” (Steel, 2007, p. 65). Además, más del 95% de los estudiantes que procrastinan tienen la voluntad de reducir dicha conducta, pero al no lograrlo presentan estados de ansiedad o sienten autculpa (Sirois, 2007, p.23). La investigación muestra datos de un alto índice de falta de gestión de los estudiantes al momento de realizar una actividad determinada, la cual es una conducta desadaptativa que genera un malestar subjetivo y trae consigo consecuencias negativas, como el bajo rendimiento académico. La tendencia de procrastinar del estudiante también se puede presentar en diferentes áreas de su vida, lo cual es nocivo para su salud mental ya que genera un malestar emocional, sentimiento de culpa o fracaso, estrés y otros.

Asimismo, la procrastinación crónica se relaciona con conductas poco saludables, donde se realiza poca actividad física y no se tiene una alimentación saludable; además, puntuaciones altas de procrastinación guardan relación con un mal estado de salud mental (Sirois, Melia-Gordon, & Pychyl, 2003). Es por ello que esta revisión sistemática se enfoca en revisar los estudios sobre la procrastinación académica en estudiantes universitarios, por las consecuencias que genera la conducta de procrastinar en el estudiante, dado a que esto no solo afecta de manera significativa su vida académica, sino también su salud física y mental.

Por todo lo expuesto anteriormente se recalca la importancia de realizar una revisión sistemática que ayude a comprender mejor el tema a través de literaturas anteriormente presentadas, por lo que este estudio tiene como pregunta general: ¿Qué se conoce sobre la procrastinación académica en estudiantes universitarios en los últimos diez años?; y tiene como objetivo de estudio: Revisar los estudios teóricos y empíricos acerca de la procrastinación académica en estudiantes universitarios en los últimos diez años, mediante una revisión sistemática.

La importancia de estudiar este tema es que con los avances de la ciencia y la tecnología este fenómeno se ha vuelto una característica en los estudiantes, llegando a convertirse en el problema actual más grave en la educación. Es por lo que al revisar los hallazgos previos del tema aportará más información de la problemática, asimismo, con los avances teóricos de la procrastinación se podrá conocer de nuevas técnicas y estrategias de apoyo que se enfoquen a la autorregulación de la conducta e incorporación de hábitos positivos, que beneficien al estudiante universitario.

CAPÍTULO II. METODOLOGÍA

2.1 Selección de estudios

2.1.1 Diseño de investigación.

Este estudio fue realizado mediante la “Revisión sistemática de la Literatura Científica”. Diversos autores definen a esta metodología, como:

“Una revisión sistemática es un artículo de síntesis de la evidencia disponible, en el que se realiza una revisión de aspectos cuantitativos y cualitativos de estudios primarios, con el objetivo de resumir la información existente respecto de un tema en particular” (Manterola, Astudillo, Arias & Claros, 2011, p.149).

Los autores indican que es un estudio retrospectivo de las investigaciones primarias, donde se analizan los resultados anteriores de un tema comparado con otros similares, siendo esta una investigación secundaria, ya que se investiga de lo investigado anteriormente.

La revisión sistemática es una metodología donde prevalece la búsqueda de investigaciones relacionados a un tema común. Después de haber encontrado todos los datos, estos son sintetizados según los criterios del autor que crea conveniente para su estudio (Sáenz, 2001, p. 216). El autor señala que los datos encontrados de investigaciones similares son discriminados mediante ciertos criterios, buscando responder a la pregunta de investigación formulada, para ser definida y comparada con conclusiones de otros autores.

2.1.2 Criterios de inclusión y exclusión.

La recolección de fuentes de información para la investigación tuvo como criterios de inclusión:

- 1) Investigaciones de tesis, libros y revistas, entre los años 2010 a 2019.
- 2) Artículos científicos y académicos de universidades latinoamericanas incluyendo al país de México y España. Fueron buceadas a través de las palabras claves, como: “Procrastinación”, “Procrastinación académica” y “estudiantes universitarios”.
- 3) Se tomó en cuenta un solo idioma, el español (castellano).

Los criterios de exclusión fueron:

- 1) Artículos científicos y académicos en otros idiomas, como: inglés y portugués.
- 2) Investigaciones menores al año 2010.

2.1.3 Pasos de búsqueda de la revisión sistemática.

- 1) Se efectuó la búsqueda en fuentes confiables como: Biblioteca virtual UPN (ProQuest y Ebsco), Google Académico, Scielo, Dialnet, Alicia Concytec, Redalyc, Renati, Academia.edu, Base y repositorios universitarios (UCV, UNFV, PUCP).
- 2) Los filtros que se realizaron en la búsqueda fueron: Países latinoamericanos de habla hispana, incluyendo a México y España; años de antigüedad (entre los años 2010 a 2019); evaluado por expertos, tipo de documento (tesis, artículos académicos y científicos) y el idioma español (castellano).
- 3) Las palabras claves que se tomaron en cuenta son: “procrastinación”, “procrastinación académica” y “estudiantes universitarios”.

- 4) Cada fuente encontrada del tema automáticamente se extrajo a un Excel organizándolos para que no existan duplicados y sirva para una posterior revisión.
- 5) Se encontraron 47 investigaciones en total, por título y palabras claves: “procrastinación”, “procrastinación académica”; de los países de: Perú, Colombia, Ecuador, Chile, Argentina, México y España.
- 6) Para la revisión solo se incluyeron 34 investigaciones, siendo estos: 18 artículos y 16 tesis de los países de Perú, Colombia, Ecuador, México y España.
- 7) Los criterios de descarte para las investigaciones fueron: objetivo, población (estudiantes no universitarios) y variables no asociadas.

2.1.4 Codificación de datos.

El total de fuentes seleccionadas son 34, estas se organizaron en dos tablas de Excel organizándolos de manera ordena para una posterior revisión: En la Tabla 1, se plasmaron 18 artículos con la palabra clave “Procrastinación académica”, según: título, país, año, palabras clave y fuente. En la tabla 2, se plasmaron 16 Tesis por el título “Procrastinación académica en estudiantes universitarios”, según título, país, año, palabras clave y fuente.

Tabla 1

Artículos incluidos sobre "Procrastinación académica en estudiantes universitarios".

TÍTULO	PAÍS	AÑO	PALABRAS CLAVES	FUENTE
Procrastinación académica un problema en la vida universitaria.	México	2010	Procrastinación, universidad, rendimiento académico.	Dialnet
El papel de la procrastinación académica como factor de la deserción universitaria.	España	2017	Distribución del tiempo, autocontrol; abandono de estudios; universidad.	Dialnet
Procrastinación: Una Revisión de su Medida y sus Correlatos.	España	2019	Procrastinación, personalidad, prevalencia.	Ebsco
¡Lo haré mañana! Una revisión conceptual sobre la Procrastinación Académica.	Perú	2019	Procrastinación, Tipos y niveles de procrastinación, Dilación voluntaria.	Renati
Relación entre procrastinación académica y ansiedad-rasgo en estudiantes de psicología	Colombia	2014	Procrastinación, Procrastinación Académica, Ansiedad-rasgo	Dialnet
Procrastinación en Estudiantes Universitarios: Su Relación con la Edad y el Curso Académico	Colombia	2017	Procrastinación académica; universidad; estudiantes universitarios	ProQuest
Procrastinación Académica y Autorregulación Emocional en Estudiantes Universitarios	Ecuador	2017	Autorregulación, emociones, procrastinación, estudiantes universitarios	Google académico
Procrastinación, adicción al internet y rendimiento académico de estudiantes universitarios ecuatorianos	Ecuador	2017	Aprendizaje; ciberespacio; creencias del estudiante; problemas de aprendizaje; procrastinación; adicción al internet	Dialnet
Gestión del tiempo y procrastinación en la educación superior	España	2017	Procrastinación; gestión del tiempo; educación superior	Dialnet
Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana	Perú	2013	Procrastinación académica; Educación superior	Google académico
Procrastinación y características demográficas asociados en estudiantes universitarios	Perú	2013	Procrastinación académica; estudiantes universitarios, características sociodemográficas.	Dialnet
Procrastinación académica en estudiantes de educación en Lenguas, Literatura y Comunicación	Perú	2016	Procrastinación académica y tareas universitarias; estudiantes universitarios	Dialnet
Procrastinación, estrés y bienestar psicológico en estudiantes de educación superior de Lima y Junín	Perú	2016	Procrastinación, estrés, bienestar psicológico, estudiantes universitarios	Dialnet
Procrastinación en alumnos universitarios de Lima Metropolitana	Perú	2016	Procrastinación; universitarios	Base

Procrastinación académica y adicción a internet en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana	Perú	2017	Procrastinación académica; adicción a internet; estudiantes universitarios.	Dialnet
Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Ciencias de la Salud de una Universidad de Lima Norte	Perú	2018	Procrastinación académica; ansiedad; estudiantes universitarios.	Dialnet
Hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes universitarios en Lima Norte	Perú	2019	Hábitos de estudio; procrastinación académica; estudiantes universitarios	Dialnet
Ansiedad y procrastinación en estudiantes universitarios	Perú	2019	Ansiedad; procrastinación; estudiantes universitarios	Google académico

La tabla 1 muestra el estado de los artículos seleccionados según: título, país, año, palabras clave y fuente.

Tabla 2

Tesis incluidas sobre “Procrastinación académica en estudiantes universitarios”.

TÍTULO	PAÍS	AÑO	PALABRAS CLAVES	FUENTE
Motivación de logro y procrastinación en estudiantes de Psicología del primer ciclo en el 2015	Perú	2015	Motivación de logro, procrastinación	Alicia Concytec
La autoestima y procrastinación académica en jóvenes universitarios	Perú	2015	Autoestima, procrastinación académica y jóvenes universitarios	Base
Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Lima este, 2015	Perú	2016	Procrastinación académica y ansiedad	Alicia Concytec
Procrastinación y rendimiento académico en los alumnos de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, 2016.	Perú	2016	Procrastinación, postergación, estudiante universitario, rendimiento académico.	Base
Procrastinación académica, motivos de procrastinación y bienestar psicológico en alumnos de ingeniería industrial de una universidad de Trujillo	Perú	2016	Procrastinación académica, motivos de procrastinación, bienestar psicológico, estudiantes universitarios.	Renati
Procrastinación académica y autoeficacia en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Trujillo	Perú	2017	Procrastinación académica, autoeficacia, autorregulación académica, postergaciones de actividades, estudiantes, psicología.	Alicia Concytec

Procrastinación y ansiedad rasgo en estudiantes universitarios de una universidad privada	Perú	2017	Procrastinación, ansiedad, estudiantes universitarios	Renati
Procrastinación Académica e Inteligencia Emocional en Estudiantes de la Universidad Católica de Santa María	Perú	2017	Procrastinación Académica, Inteligencia Emocional.	Base
Procrastinación y estrés académico en estudiantes de una universidad pública de Lima, 2017	Perú	2017	Procrastinación Académica y estrés Académico	Base
Relación entre la procrastinación académica y ansiedad-rasgo en estudiantes universitarios pertenecientes al primer año de estudios de una universidad privada de Lima Metropolitana	Perú	2017	Procrastinación Académica, Ansiedad Rasgo y estudiantes universitarios	Base
La procrastinación y el rendimiento académico en estudiantes de la escuela de periodismo de la Universidad Jaime Bausate y Meza, 2018.	Perú	2018	Procrastinación, rendimiento académico, periodismo.	Base
Procrastinación académica y autocontrol en estudiantes de una universidad privada de Lima Este	Perú	2018	Procrastinación, autocontrol, estudiantes, rendimiento académico.	Base
Relación entre dependencia al teléfono móvil y procrastinación en estudiantes de una universidad privada de Lima Este	Perú	2019	Dependencia, teléfono móvil, celular, procrastinación, universitarios	Base
Procrastinación académica en estudiantes de primeros ciclos de una Universidad del Cusco, 2018	Perú	2019	Estudiantes universitarios; postergar actividades	Renati
Relación entre la gestión del tiempo y procrastinación académica en los estudiantes de la Facultad de Ingeniería de la Universidad Católica Sedes Sapientiae, filial Tarma, 2018	Perú	2019	Gestión del tiempo y la procrastinación académica.	Base
Relación entre la procrastinación académica y las atribuciones de motivación del logro en estudiantes del séptimo ciclo de la EBR de la provincia de Arequipa	Perú	2019	Procrastinación Académica, atribución de Motivación del Logro	Alicia Concytec

La tabla 2 muestra el estado de tesis seleccionadas según: título, país, año, palabras clave y fuente.

CAPÍTULO III. RESULTADOS

De acuerdo con las investigaciones obtenidas de las bases de datos, se identificaron 47 investigaciones (artículos y tesis) que tenían relación con la palabra clave “procrastinación académica”, y que fluctuaban entre los últimos diez años (2010 – 2019). Del total de investigaciones halladas solo se consideraron revisar 34, puesto que guardan una mayor relación con el tema. Los criterios que se tomaron en cuenta para descartar y excluir investigaciones fueron: no guardan relación con el tema (objetivo y variables no asociadas) y la población estudiada (estudiantes en general).

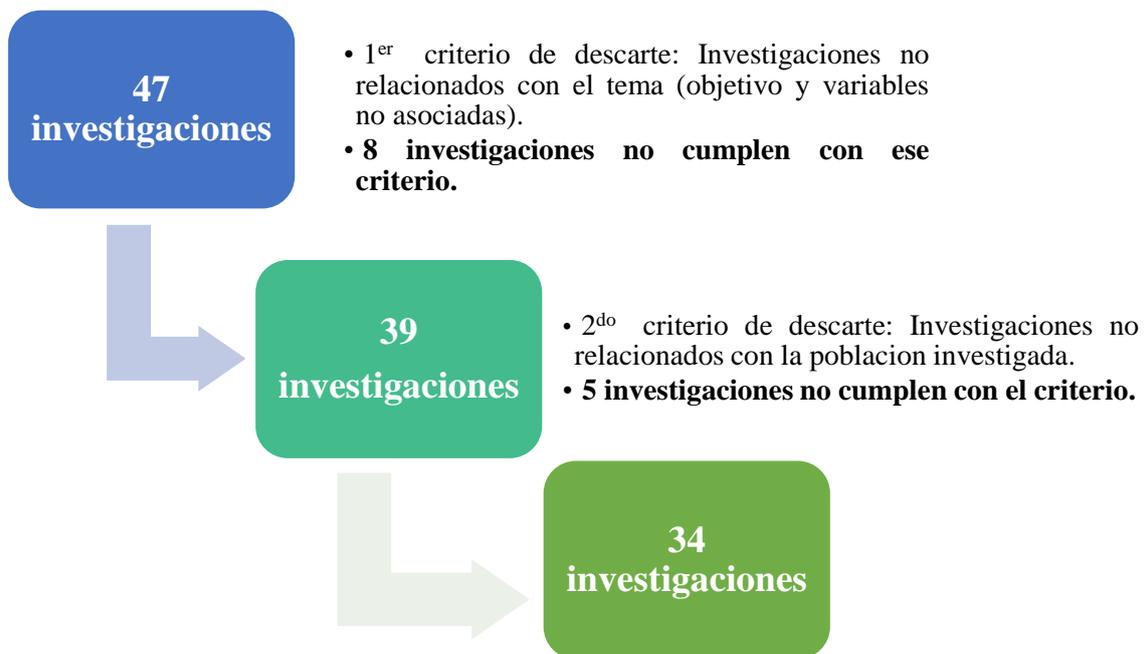


Figura 1: Criterios de descarte que se utilizaron para las investigaciones excluidas.

Del total de investigaciones (artículos y tesis) que se incluyeron para el estudio, se les separó según los años de publicación.



Figura 2: Investigaciones publicadas por año.

La figura 2 muestra los años en que se publicaron las investigaciones (artículos y tesis) relacionados a la procrastinación académica en estudiantes universitarios. Estos estudios fueron publicados más en el año 2017. Los artículos se van realizando con mayor cantidad en los últimos 4 años y las tesis se empiezan a realizar más en los últimos 5 años; esto evidencia que en la actualidad se está tomando mayor importancia de desarrollar investigaciones sobre el tema, enfocándose en la población reciente y sobre todo en los estudiantes.

De las 34 investigaciones incluidas para la realización del trabajo, 18 de ellas son artículos y 16 son tesis.



Figura 3: Investigaciones incluidas por tipo de investigación (artículos y tesis).

En la figura 3 se puede observar que, del total de investigaciones incluidas el 53% de ellas son de tipo artículo y el 47% son de tipo tesis.

También, se identificó los países que han publicado más artículos sobre la procrastinación académica en estudiantes universitarios, en los últimos diez años.



Figura 4: Artículos publicados por país, en los diez últimos años.

Los artículos seleccionados mediante la revisión sistemática tienen como procedencia a los países de: Perú con un mayor porcentaje, siendo un 56%; seguido del

país de España con un 17%; continuando con los países de Colombia y Ecuador con el 11%; luego está el país de México con un 5%, siendo este el país que presenta menos artículos relacionados al tema.

Las investigaciones restantes son de tipo tesis y son de un único lugar de procedencia, el cual es Perú. Se realizó una selección de las tesis según el porcentaje de departamentos que con mayor frecuencia presentan el tema. Los departamentos que presentaron las tesis son: Lima, Arequipa, Trujillo, San Martín, Cuzco y Junín.



Figura 5: Tesis presentados por departamentos del Perú, según porcentaje.

En la figura 5 se puede evidenciar cuales son los departamentos que presentaron tesis relacionados al tema, según porcentajes. En un primer lugar tenemos a Lima con un mayor porcentaje 50%, le sigue Arequipa con un 19% y después Trujillo con el 13%; los departamentos de San Martín, Cuzco y Junín con un 6%.

Los artículos que se tomaron en cuenta para el trabajo fueron hallados en las bases de datos de: Dialnet, Base, Google académico, ProQuest, Ebsco y Renati. Se seleccionaron los trabajos según el porcentaje de las bases de datos que presentaron más artículos.

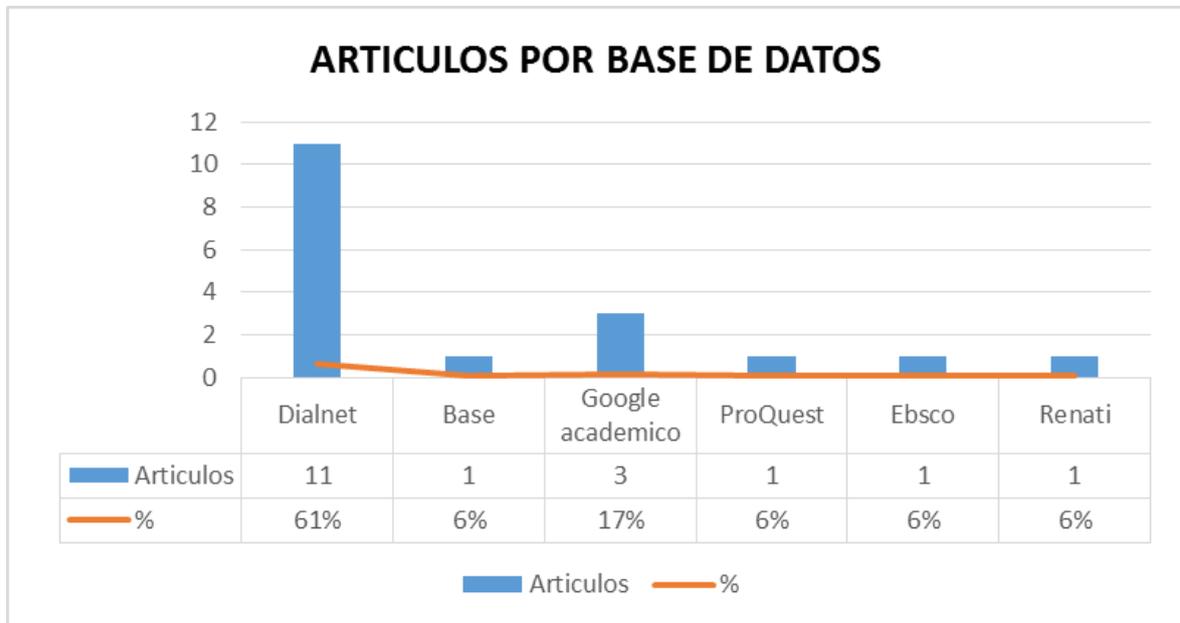


Figura 6: Artículos encontrados por base de datos.

En la figura 6 se observa el porcentaje de artículos según las bases de datos. La base de datos de Dialnet es la que presenta mayor porcentaje de artículos, con un 61%; seguido esta Google académico con 17%, y Base, ProQuest, Ebsco y Renati tienen solo un 6%.

Asimismo, los artículos incluidos se separaron según el porcentaje de las fuentes de publicación (revistas) que lo presentan.

Tabla 3

Porcentaje de artículos por fuente de publicación (revista)

Base de datos	Fuentes de Publicación	%
DIALNET	Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología	5%
	Revista Complutense de Educación	5%
	Revista De Investigación y Casos En Salud	11%
	Studiositas	5%
	Estudios Pedagógicos	5%
	Universitas psychologica	5%
	Apuntes Universitarios	5%
	Horizonte de la Ciencia	11%
BASE	Avances En Psicología	5%
	Revista peruana de obstetricia y enfermería	6%
GOOGLE ACADÉMICO	Ciencia, sociedad e investigación universitaria	6%
	Revista de Psicología Educativa	6%
	Revista Con-Ciencia EPG	6%
RENATI	Investigación universitaria	6%
PROQUEST	Revista Colombiana de Psicología	6%
EBSCO	Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación	6%

La tabla 3 muestra el porcentaje de artículos incluidos en la búsqueda, según fuente de publicación (revista).

Las fuentes de publicación que presentaron los artículos sobre el tema fueron en mayor porcentaje las revistas de: Horizonte de la ciencia y la Revista de investigación y casos en salud, ambas con un 11%, a comparación con las otras fuentes que solo obtuvieron un 5% a 6%.

Las tesis que se incluyeron para este estudio se encontraron en las bases de datos de: Base, Alicia Concytec, y Renati. Se clasificaron las tesis de acuerdo al porcentaje de la base de datos que realizaron la publicación.

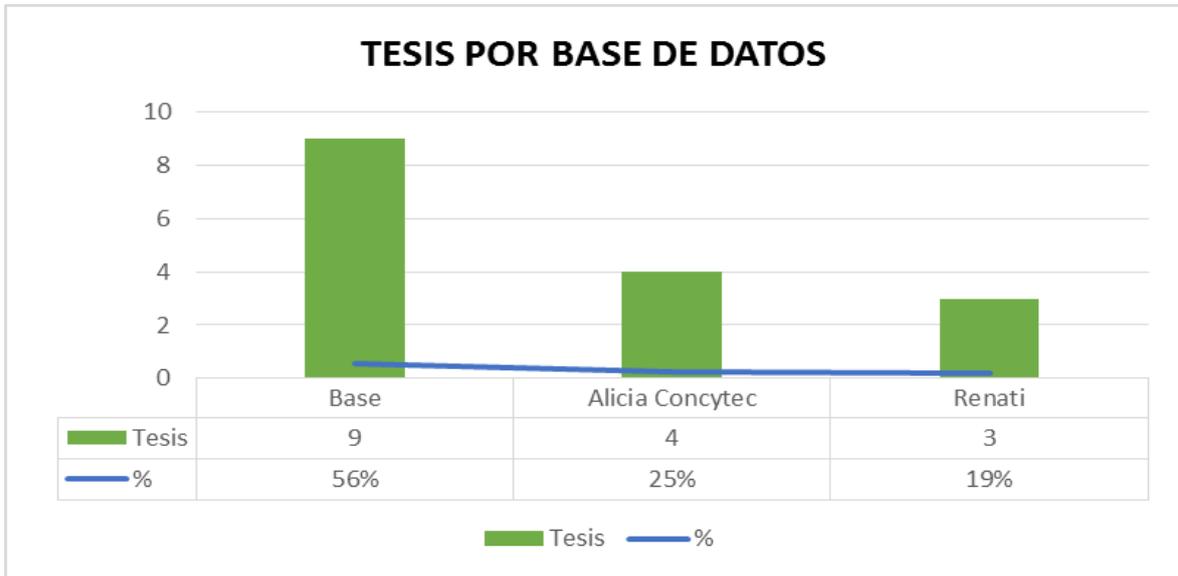


Figura 7: Tesis encontradas según la base de datos en la que se publicó.

La figura 7 muestra el porcentaje de las tesis según las bases de datos en las que fueron publicadas. Se evidencia que la mayoría de las tesis fueron halladas en “Base” siendo el 56%, seguido esta la base de Alicia Concytec con un 25%, y por último esta Renati con el 19%.

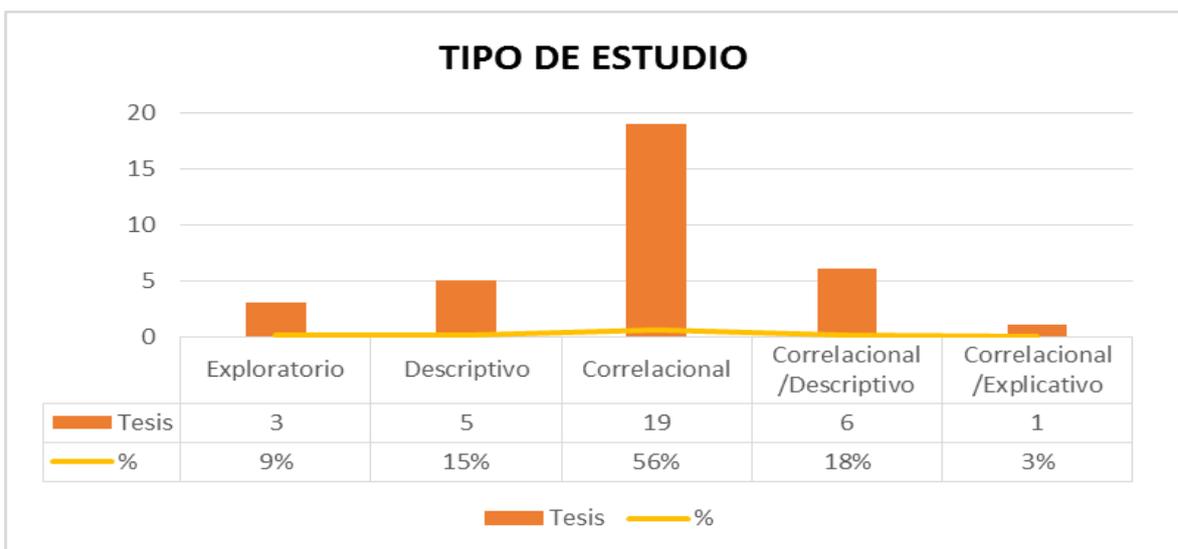


Figura 8: Investigaciones según el tipo de estudio, en porcentajes.

Las investigaciones seleccionadas para el estudio se agruparon según el tipo de estudio, en porcentajes. La Figura 8 evidencia que el tipo de estudio correlacional tuvo un mayor porcentaje con un 56%, le sigue el estudio combinado correlacional/ descriptivo con 18%, después el estudio descriptivo con el 15%, y con menores puntajes los estudios exploratorios y correlacional/explicativo, con 9% y 3% respectivamente.

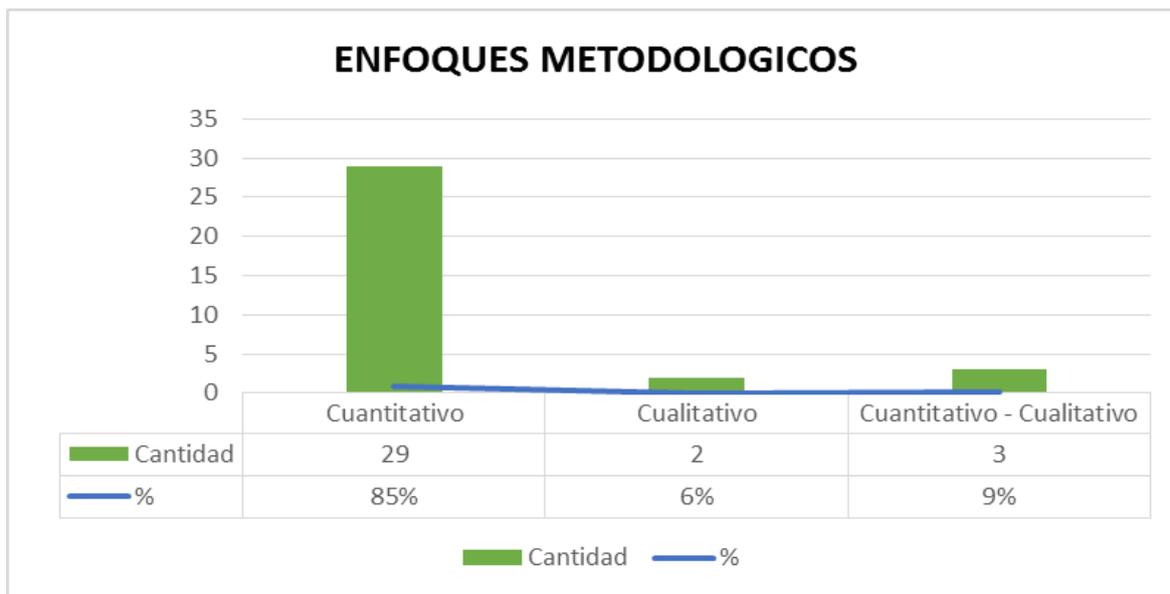


Figura 9: Investigaciones según el enfoque metodológico en el que se estudió, en porcentajes.

También, se agruparon las investigaciones según el criterio de enfoque metodológico en el que se estudió, representado en porcentajes. En la figura se puede observar que en las investigaciones el enfoque más utilizado es el cuantitativo con un 85%, después está el enfoque combinado cuantitativo- cualitativo con el 9%, y por último se encuentra el enfoque cualitativo con un 6%.

Además, mediante la revisión de las investigaciones (artículos y tesis) se conocieron cuáles fueron los instrumentos que más se utilizaron para la evaluación de la variable. Asimismo, estos se ordenaron en una tabla para una mayor comprensión del porcentaje de instrumentos que más se usó.

Tabla 4

Instrumentos utilizados en las investigaciones (artículos y tesis) incluidas.

Instrumentos	Cantidad	%
Escala adaptada y traducida de procrastinación académica de Busko (EPA)	16	47%
Escala de Procrastinación Académica de Tuckman, (ATPS).	3	9%
Cuestionario de la Procrastinación creado por Ramírez, Tello y Vásquez	3	9%
Escala adaptada y traducida de Procrastination Assessment Scale Students (pass)	2	6%
Escala de procrastinación académica, creado por Josue Gonzales Pacahuala.	2	6%
Escala de procrastinación general (EPG)	1	3%
Escala de procrastinación de Iparraguirre	1	3%
Escala de procrastinación de Solomon y Rothblum	1	3%
Escala de Procrastinación de Álvarez	1	3%
No especifica	4	11%
Total	34	100%

La tabla 4 muestra la cantidad y porcentajes de los instrumentos utilizados en las investigaciones.

La tabla 4 indica los porcentajes de todos los instrumentos usados por las investigaciones. Se evidencia que en la mayoría de los trabajos se utilizó la Escala adaptada y traducida de procrastinación académica de Busko (EPA) con un 47%; los instrumentos que le siguen son: Escala de Procrastinación Académica de Tuckman (ATPS), Cuestionario de la Procrastinación creado por Ramírez, Tello y Vásquez con el 9%. El 11% del total de estos no han sido especificados en las investigaciones.

En la revisión de las investigaciones (artículos y tesis) se observó las variables con las que más se relaciona el tema de estudio. Las variables resaltadas se ordenaron en una tabla según la cantidad y porcentaje en la que se presentaron.

Tabla 5

Variables de las investigaciones (artículos y tesis) incluidas en los estudios

Variables	Cantidad	%
Ansiedad	6	17%
Rendimiento académico	4	12%
Gestión del tiempo	2	6%
Autoeficacia	2	6%
Estrés académico	2	6%
Bienestar psicológico	2	6%
Motivación de logro	2	6%
Autorregulación emocional	2	6%
Autocontrol	1	3%
Autoestima	1	3%
Hábitos de estudio	1	3%
Dependencia al móvil	1	3%
Adicción al internet	1	3%
No especifica	7	20%
Total	34	100%

La tabla 5 muestra la cantidad y porcentaje de las variables que son más relacionadas con el tema.

En la tabla 5 se observa que las variables con las que más se relaciona el tema, son: ansiedad y rendimiento académico con un puntaje de 17% y 12% respectivamente, lo que indica ambas variables guardan una relación significativa con la variable procrastinación. Asimismo, las variables no especificadas obtuvieron un mayor puntaje con 20%, siendo esta cantidad la que representa a los artículos.

Mediante la revisión de las investigaciones relacionadas al tema se encontraron que las palabras claves que tienen mayor coincidencia son 13, y estas se presentan en la siguiente figura.

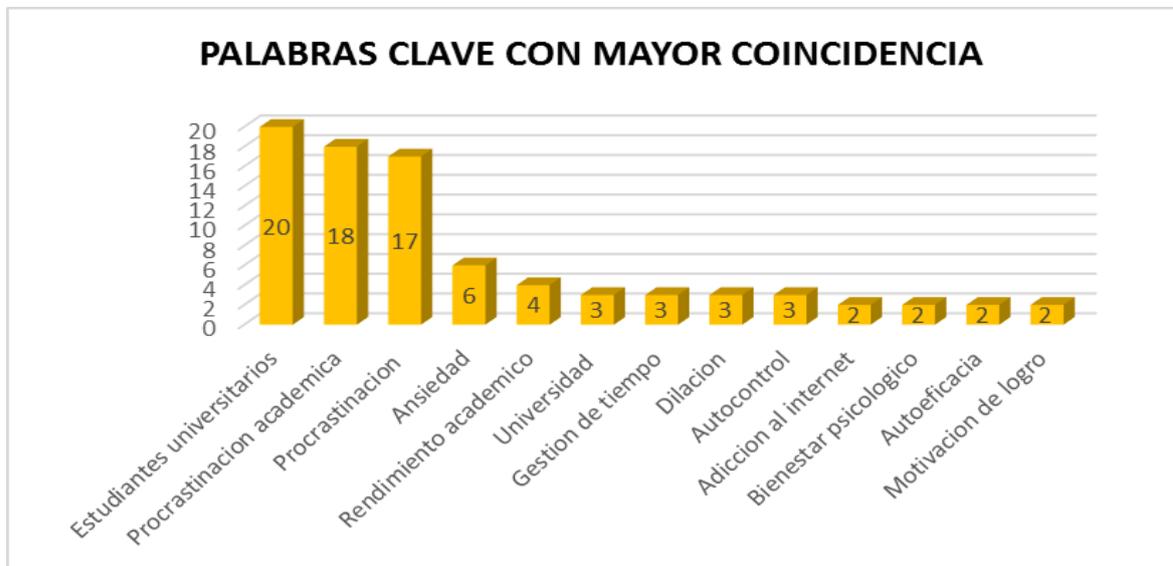


Figura 10: Palabras clave que tiene mayor coincidencia en las investigaciones seleccionadas.

La figura 10 representa las variables que con mayor frecuencia se repiten en las investigaciones (artículos y tesis). Las palabras que mayores coincidencias fueron: “estudiantes universitarios” con 20 similitudes, seguido está la “procrastinación académica” con 18 y la “procrastinación” con 17%.

Análisis global del estudio

Después de haber revisado las investigaciones sobre el tema de estudio, se afirma que la procrastinación académica está siendo más estudiada por los problemas que presentan actualmente los estudiantes, llegando a convertirse en una relevancia social; por lo que los investigadores tienen la necesidad de incrementar el conocimiento sobre el tema por la misma complejidad de la problemática. Por lo que otros trabajos similares a este, de forma particular buscaron conocer cuáles son las variables asociadas que más influyen en la

procrastinación, así como las tendencias que se manejan en la actualidad y los avances que tiene la procrastinación academia; de la misma forma este trabajo se baso en conocer cuanto se conoce del tema en población universitaria.

Mediante la revisión de los estudios previos se conoció puntos importantes que hacen que este fenómeno sea una problemática actual, y que esta variable ha sido estudiada y seguirá siendo estudiada buscando una respuesta al problema. Ya que dado a estudios recientes hoy en día se ve a la procrastinación académica de forma más integral, siendo ya estudiada desde el campo de las neurociencias, donde ven a esta conducta limitadora como un problema en el funcionamiento ejecutivo de la persona tomando en cuenta procesos neurológicos.

CAPÍTULO IV. CONCLUSIONES

La revisión sistemática ayudó a recoger información de investigaciones sobre el tema en los últimos diez años, pudiendo encontrarse con 34 investigaciones sobre la procrastinación académica en estudiantes universitarios. La revisión de los estudios teóricos y empíricos, brindaron los siguientes datos:

- Los estudios refieren que esta es una conducta compleja que está implicada por diversos factores que subyacen en las diferentes áreas del estudiante, así como señalan que un nivel alto de procrastinación académica afecta negativamente la calidad de vida y la salud del estudiante, afectando en el rendimiento académico y aumentando el índice del abandono académico. También se conoce que en la actualidad se tiene una mirada más integral del fenómeno, tomando en cuenta el funcionamiento ejecutivo de la persona. Además, las investigaciones aportaron cuestionarios y técnicas que ayudan a reducir la procrastinación académica.
- Los resultados de las investigaciones indican que la procrastinación académica se presenta en todos los niveles de la carrera universitaria, pero tiene un nivel más alto en los primeros años de la universidad y que decae a final del grado; asimismo, evidencian que está presente más en los jóvenes y es común en las personas con poca autorregulación. Además, los estudios concluyen que los factores que más influyen son el factor sociofamiliar, hábitos de estudio e influencia de los medios de comunicación.
- La mayoría de las investigaciones fueron estudiadas de forma correlacional, puesto que la asociación con otros factores académicos y personales del estudiante brinda un mayor panorama. Estos estudios indican que prevalece la tendencia de asociar la procrastinación académica con las variables de: ansiedad, rendimiento académico y

autorregulación emocional, ya que según los resultados de los estudios estas guardan una relación muy significativa con la variable.

La limitación que se tuvo fue el no encontrar mayor cantidad de artículos sobre el tema de estudio, ya que la procrastinación académica en estudiantes universitarios se está empezando a estudiar en la actualidad con mayor relevancia; sin embargo, se encontraron más tesis relacionados al tema asociados a otras variables.

Se recomienda a las futuras investigaciones seguir indagando más información sobre este tema para hallar nuevas evidencias, teniendo en cuenta la nueva mirada que se le da al fenómeno estudiándolo desde la rama de las neurociencias, con la finalidad de obtener una mayor comprensión para establecer técnicas y estrategias de apoyo eficaces para disminuir la procrastinación académica.

REFERENCIAS

- Ackerman, D., & Gross, B. (2007). Puedo comenzar el manuscrito JME la próxima semana, no puedo? Las características de la tarea detrás de por qué la facultad procrastina. *Diario de Marketing educación*, 97-110. Obtenido de <https://es.scribd.com/doc/307222819/Autoeficacia-y-procrastinacion-academica-en-estudiantes-universitarios-de-Lima>
- Alegre, A. (2013). Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Psicología Educativa*, 57-82. Obtenido de <http://revistas.usil.edu.pe/index.php/pyr/article/view/29>
- Bazán, Z. (2019). *¡Lo haré mañana! Una revisión conceptual sobre la Procrastinación Académica*. Pimentel: Universidad Señor de Sipán . Obtenido de <http://repositorio.uss.edu.pe/handle/uss/5743>
- Carranza, R. & Ramirez, A. (2013). Procrastinación y características demográficas asociados en estudiantes universitarios. *Apuntes Universitarios*, 95-108. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4515369>
- Castro, K. & Aisha, T. (2017). *Procrastinación académica y auto-eficacia en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Trujillo*. Trujillo: Universidad Privada del Norte. Obtenido de <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/11419>
- Castro, S. & Mahamund, K. (2017). Procrastinación académica y adicción a internet en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Avances En Psicología*, 189-197.

Obtenido

de

<http://revistas.unife.edu.pe/index.php/avancesenpsicologia/article/view/354>

Còrdova, P. & Alarcòn, A. (2019). Hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes universitarios en Lima Norte. *CASUS: Revista de Investigación y Casos en Salud*, 22-29. Obtenido de

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6985490>

Díaz, J. (2019). Procrastinación: Una Revisión de su Medida y sus Correlatos. *Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 43-60. Obtenido de

<https://www.aidep.org/sites/default/files/2019-04/RIDEP51-Art4.pdf>

Durán, C. & Moreta, C. (2017). Procrastinación Académica y Autorregulación Emocional en Estudiantes Universitarios. *Ciencia, Sociedad e Investigacion Universitaria*, 1-20. Obtenido de <https://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/2074>

Durand, C. & Cucho, N. (2016). *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Lima este, 2015*. Lima: Universidad Peruana Unión. Obtenido de <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/143>

Ferrari, J., Díaz, J., O’Clalaghan, J., Díaz, K. & Argumedo, D. (2007). Frecuente tendencias de retraso del comportamiento en adultos: tasas de prevalencia internacional de enfermedades crónicas. *Revista de psicología*, 458 -464. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4815146>

Garzón, A. & Gil, J. (2017). El papel de la procrastinación académica como factor de la deserción universitaria. *Complutense de educación*, 307-324. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6365086>

Garzón, A. & Gil, J. (2017). Gestión del tiempo y procrastinación en la educación superior.

Universitas psychologica, 1-13. Obtenido de
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6679046>

Gil, L. & Botello, V. (2018). Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de

Ciencias de la Salud de una Universidad de Lima Norte. *CASUS: Revista de Investigación y Casos en Salud*, 89-96. Obtenido de
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6536897>

Guevara, G. & Contreras, A. (2019). *Relación entre dependencia al teléfono móvil y*

procrastinación en estudiantes de una universidad privada de Lima Este. Lima:
Universidad Peruana Unión. Obtenido de
<https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/2976>

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.x](https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/j.1556-6676.1998.tb02548.x)

Hernández, G. (2016). *Procrastinación académica, motivos de procrastinación y bienestar*

psicológico en alumnos de ingeniería industrial de una universidad de Trujillo.
Trujillo: Universidad Privada del Norte. Obtenido de
<https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/10716>

Mamani, S. (2017). *Relación entre la procrastinación académica y ansiedad-rasgo en*

estudiantes universitarios pertenecientes al primer año de estudios de una
universidad privada de Lima Metropolitana. Lima: Universidad Peruana Cayetano
Heredia. Obtenido de <http://repositorio.upch.edu.pe/handle/upch/1042>

- Manterola, C., Astudillo, P., Arias, E. & Claros, N. (2011). Revisiones sistemáticas de la literatura. Que se debe saber acerca de ellas. *Cirugía Española*, 149-155. doi:<https://doi.org/10.1016/j.ciresp.2011.07.009>
- Marquina, R.; Gomez, L.; Salas, C.; Santibañez, S. & Rumiche, R. (2016). Procrastinación en alumnos universitarios de Lima Metropolitana. *Peruana de Obstetricia y Enfermería*, 1-7. Obtenido de <https://www.aulavirtualusmp.pe/ojs/index.php/rpoe/article/view/747>
- Marquina, R.; Horna, V. & Huairé, E. (2019). Ansiedad y procrastinación en estudiantes universitarios. *Revista ConCiencia*, 89 - 97. Obtenido de <https://revistaconcienciaepg.edu.pe/ojs/index.php/RCCEPG/article/view/3-2-6>
- Medina, M. & Tejada, M. (2015). *La autoestima y procrastinación académica en jóvenes universitarios*. Arequipa: Universidad Católica de Santa María. Obtenido de <https://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/handle/UCSM/3518>
- Medrano, M. (2017). *Procrastinación académica y estrés académico en estudiantes de una universidad pública de Lima, 2017*. Lima: Universidad César Vallejo. Obtenido de <https://core.ac.uk/download/pdf/225602736.pdf>
- Onwuegbuzi, A. (2004). Dilación académica y estadísticas de ansiedad. En: Evaluación en educación superior. *Assessment & Evaluation in Higher Education* , 3-19. doi:<https://doi.org/10.1080/0260293042000160384>
- Oyanguren, J. (2017). *Procrastinación y ansiedad rasgo en estudiantes universitarios de una universidad privada*. Lima: Universidad César Vallejo. Obtenido de <http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/UCV/16027>

- Pardo, D.; Perilla, L. & Salin, C. (2014). Relación entre procrastinación académica y ansiedad-rasgo en estudiantes de psicología. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología*, 31-44. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5493101>
- Quant, M. & Sánchez, A. (2012). Procrastinación, procrastinación académica: concepto e implicaciones. *Revista vanguardia psicológica.*, 44-55. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4815146>
- Quiroz, P. & Valverde, T. (2017). *Procrastinación Académica e Inteligencia Emocional en Estudiantes de la Universidad Católica de Santa María*. Arequipa: Universidad Católica de Santa María. Obtenido de <http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/handle/UCSM/7074>
- Quispe, E. (2019). *Procrastinación Académica en Estudiantes de Primeros Ciclos de una Universidad del Cusco, 2018*. Cusco: Universidad Andina del Cusco. Obtenido de <http://repositorio.uandina.edu.pe/handle/UAC/2959?mode=full>
- Quispe, L. (2019). *Relación entre la procrastinación académica y las atribuciones de motivación del logro en estudiantes del séptimo ciclo de la EBR de la provincia de Arequipa*. Arequipa: Universidad Nacional de San Agustín. Obtenido de <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/10545>
- Rafael, A. & Ramirez, A. (2016). *Procrastinación y rendimiento académico en los alumnos de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, 2016*. Tarapoto: Universidad Peruana Unión. Obtenido de <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/511>

- Ramos, C.; Guerrero, J.; Paredes, L.; Pasquel, M. & Gomez, A. (2017). Procrastinación, adicción al internet y rendimiento académico de estudiantes universitarios ecuatorianos. *Estudios pedagógicos*, 275-289. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6323845>
- Reynoso, S. & Rodriguez, G. (2018). *Procrastinación académica y autocontrol en estudiantes de una universidad privada de Lima Este*. Lima: Universidad Peruana Unión. Obtenido de <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/2029>
- Rodríguez, A. & Clariana, M. (2017). Procrastinación en Estudiantes Universitarios: su Relación con la Edad y el Curso Académico. *Colombiana de Psicología*, 45-60. Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/rcps/v26n1/0121-5469-rcps-26-01-00045.pdf>
- Rodriguez, J. (2018). *La procrastinación y el rendimiento académico en estudiantes de la escuela de periodismo de la Universidad Jaime Bausate y Meza, 2018*. Huanuco: Universidad Nacional Hermilio Valdizán. Obtenido de <http://repositorio.unheval.edu.pe/handle/UNHEVAL/4199>
- Sàenz, A. (2001). Leer e interpretar una revisión sistemática. *Boletín de la sociedad de pediatría de Asturias, Cantabria, Castilla y León.*, 215 -221. Obtenido de https://www.sccalp.org/boletin/177/BolPediatr2001_41_215-221.pdf
- Sánchez, A. (2010). Procrastinación académica: un problema en la vida universitaria. *Studiositas*, 87-94. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3717321>

- Sirois, F. (2007). "Cuidaré de mi salud, más adelante": una réplica y extensión del modelo de salud de procrastinación con adultos que viven en la comunidad. *Personality and Individual Differences*, 15-26. doi:<https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.11.003>
- Sirois, F., Melia - Gordon, M. & Pychyl, T. (2003). "Cuidaré de mi salud más tarde": una investigación de dilación y salud. *Personality and individual differences*, 1167-1184. doi:[https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(02\)00326-4](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00326-4)
- Steel, P. (2007). La naturaleza de la dilación: un metaanalítico y teórico revisión por excelencia falla de autorregulación. *Boletín psicológico*, 65- 94. Obtenido de <https://psycnet.apa.org/doiLanding?doi=10.1037%2F0033-2909.133.1.65>
- Tarazona, F.; Romero, J.; Aliaga, I. & Veliz, M. (2016). Procrastinación académica en estudiantes de educación en Lenguas, Literatura y Comunicación. *Horizonte de la Ciencia*, 185-194. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5612842>
- Tuckman, B. W. (2003). El efecto del aprendizaje y la capacitación en estrategias de motivación en el rendimiento de los estudiantes universitarios. *Journal of College Student*, 430-437. Obtenido de <https://muse.jhu.edu/article/42902/summary>
- Urco, S. (2019). *Relación entre la gestión del tiempo y procrastinación académica en los estudiantes de la Facultad de Ingeniería de la Universidad Católica Sedes Sapientiae, filial Tarma, 2018*. Lima: Universidad Peruana de Ciencias e Informática. Obtenido de <http://repositorio.upci.edu.pe/handle/upci/36>
- Villón, F. (2015). *Motivación de logro y procrastinación en estudiantes de Psicología del primer ciclo en el 2015*. Lima: Universidad Cesar Vallejo. Obtenido de

https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV_a6d66520728c06576db13c164ddf794b

Yarleque, L.; Javier, L; Monroe, J.; Nuñez, E.; Navarro, L.; Padilla, M.; Matalinares, M.;
Navarro, L. & Campos, J. (2016). Procrastinación, estrés y bienestar psicológico en
estudiantes de educación superior de Lima y Junín. *Horizonte de la Ciencia*, 173-
184. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5612860>