



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de **PSICOLOGÍA**

**“ANSIEDAD FRENTE A LOS EXÁMENES Y
PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES
DE UNA UNIVERSIDAD DE LIMA NORTE, 2021”**

Tesis para optar al título profesional de:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

Autoras:

Andrea Paola Franco Granda
Xiomara Lisbeth Maqui Pinto

Asesor:

Mg. Karim Elisa Talledo Sánchez
<https://orcid.org/0000-0003-2083-4793>

Lima - Perú

2023

JURADO EVALUADOR

Jurado 1	CÉSAR MERCEDES RUÍZ ALVA	09126694
Presidente(a)	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 2	JORGE ALBERTO FLORES MORALES	08039505
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 3	JUAN BAUTISTA CALLER LUNA	07143496
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

INFORME DE SIMILITUD

Tesis de Andrea Franco y Xiomara Maqui

ORIGINALITY REPORT

0%

SIMILARITY INDEX

0%

INTERNET SOURCES

0%

PUBLICATIONS

%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

Exclude quotes On

Exclude bibliography On

Exclude assignment template On

Exclude matches < 10 words

DEDICATORIA

Dedico este trabajo, en especial a abuela Celestina y a mi abuelo Antonio, que cuando tenía bajones emocionales y miraba al cielo, sentía su calor dándome fuerza para seguir adelante, no podré escuchar sus palabras, ni abrazarlos, pero que desde donde esté, están orgullosos de este gran logro en mi vida.

Xiomara Maqui Pinto

Este trabajo está dedicado en primer lugar a mis padres, por su amor y sacrificio he logrado salir adelante, ya que gracias a ellos siempre me han apoyado en lo que he necesitado, con su respeto y paciencia me han enseñado a nunca rendirse frente todas las adversidades que se pueden presentar.

Andrea Franco Granda

AGRADECIMIENTO

A Dios por darme fortaleza y guiarme en el camino.

A mis padres por su esfuerzo, apoyo y amor incondicional. Sin ellos esto no hubiera sido posible.

Agradezco a mi asesor por su disposición y paciencia durante el proceso de este proyecto.

A los profesores de mi institución educativa por su apoyo y dedicación a lo largo de estos años de carrera.

A mis amistades y seres queridos, por sus palabras de aliento y compañía

Agradezco a mi asesor por sus orientaciones y paciencia durante el proceso de este proyecto que se hizo posible, además agradezco a mis profesores por sus enseñanzas que me llenaron de sabiduría a lo largo de mi carrera.

Andrea Paola Franco Granda

TABLA DE CONTENIDO

JURADO EVALUADOR.....	2
INFORME DE SIMILITUD.....	3
DEDICATORIA	4
AGRADECIMIENTO	5
TABLA DE CONTENIDO	6
ÍNDICE DE TABLAS	7
ÍNDICE DE FIGURAS	8
RESUMEN	9
CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN	10
CAPÍTULO II. MÉTODO	16
CAPÍTULO III. RESULTADOS.....	22
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.....	25
REFERENCIAS.....	28
ANEXOS	34

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Correlación de la variable ansiedad frente a los exámenes y procrastinación académica.....	22
Tabla 2. Correlación de dimensión emocionalidad y procrastinación académica	23
Tabla 3. Correlación de dimensión preocupación y procrastinación académica	24

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Ecuación para muestras finitas	17
------------------------------------------------	----

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre la ansiedad frente a los exámenes y procrastinación académica en estudiantes de 9° y 10° ciclo de una Universidad Privada de Lima Norte, 2021, mediante un diseño de investigación descriptivo correlacional, contando con una muestra conformada por 163 estudiantes de 18 a 35 años de una Universidad Privada de Lima Norte, y utilizando como instrumentos de evaluación el Inventario de Ansiedad frente a los exámenes y la Escala de Procrastinación Académica (EPA), obteniendo como resultados que en la variable ansiedad frente a los exámenes predomina el nivel promedio con 58% seguido del nivel bajo con el 28%, mientras que en la variable procrastinación académica predomina el nivel alto con el 47% como también el nivel promedio con el mismo porcentaje. Llegando como conclusión que existe relación entre la ansiedad frente a los exámenes y procrastinación académica negativa y débil ($r = -.231$), significativa ($p < 0.05$)

Palabras clave: Ansiedad, procrastinación académica, evaluación, exámenes, universitarios.

CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN

En la época universitaria la mayor parte de los estudiantes se hallan en la fase de adolescencia o adultez temprana, donde se asumen novedosas responsabilidades sociales, lo cual incrementa las presiones psicosociales, y con esto, las condiciones de vulnerabilidad frente a trastornos mentales, entre ellas la ansiedad (Burgos-Torre & Salas-Blas, 2020) es decir, debido a las exigencias psicológicas, sociales y académicas aunadas a los elevados niveles de estrés que éstas tienen la posibilidad de crear, tienen la posibilidad de conllevar a inconvenientes de salud psicológica como trastornos depresivos, ansiedad, suicidio, abuso de drogas, entre otros, de esta manera, los universitarios se encontrarían expuestos a este tipo de riesgos, considerándolos como grupo de interés para el estudio de la ansiedad (Bohórquez, 2007).

En la psicología, la ansiedad es determinada como una sensación de aprensión difusa, desapacible, que se muestra por la imposibilidad de no poder estar en una sola postura, acompañada de indicios vegetativos como cefalea, diaforesis, taquicardia, opresión torácica, malestar epigástrico y preocupación; generando así diversos malestares físicos, emocionales y conductuales de tal manera que la persona llega a necesitar escapar o evitar de estas situaciones que le están generando ansiedad (Kaplan et al., 2009; Lazarus, 1969; Clark & Beck, 2012; Reyes, 2013; Cano & Tobal, 2001).

Un tipo de ansiedad que se manifiesta de manera particular en los universitarios es la ansiedad ante los exámenes, considerándola como una serie de reacciones emocionales negativas que pueden inhibir el potencial académico de los estudiantes, debido que, en muchos casos resulta de ser un motivo de preocupación por la idea de obtener un bajo puntaje en la calificación, siendo en muchos casos un factor determinante para el fracaso escolar.

(Onyeizogbo, 2010; Bausela, 2005).

Bausela (2005) indica que las consecuencias que trae el tener ansiedad frente a los exámenes deriva a una serie de respuestas emocionales negativas en la mayoría de los estudiantes, teniendo no solo una repercusión negativa en el rendimiento de exámenes, sino pudiendo afectar la salud mental de los alumnos.

Spielberger y Vagg (1987) en su modelo transaccional explican a la ansiedad ante los exámenes desde una estructura heurística que permite entender que la historia familiar y personal influye en el comportamiento de los estudiantes al momento de rendir alguna evaluación académica, involucrándose procesos emocionales y cognitivos ante las formas de respuesta y sus consecuencias, asimismo se tiende a analizar como una situación en donde se evocan estados afectivos y pensamientos poco significativos los cuales van a funcionar como mediadores, es así que los alumnos llegan a percibir los exámenes de acuerdo a los factores personales y contextuales.

Asimismo, se explican dos dimensiones de la ansiedad frente a los exámenes, siendo la primera la dimensión emocionalidad, aquello concerniente a lo fisiológico, lo que implicaría sentimientos tales como nerviosismo y tensión, además, la emoción es una reacción tanto biológica como psicológica ante determinadas situaciones que se originen; y luego se explica la dimensión preocupación, entendido como aquel elemento cognoscitivo que está conformado por pensamientos irrelevantes, enfocándose más en la persona que en la tarea a realizar reforzando pensamientos negativos de uno mismo (Morris et al., 1981 citado por Aliga et al., 2001).

Estudios realizados internacional y nacionalmente indicaron la existencia de una relación directa entre la ansiedad frente a los exámenes y procrastinación, mencionando que los mayores niveles de postergación en el estudio de los cursos, mayor sería el incremento de

la ansiedad conforme se acerque la fecha de evaluación (Saracalogu et al., 2018; Guerra, 2016; Abado & Cáceres, 2018; Maldonado & Zenteno, 2018; Castro & Rodríguez, 2018; Mamani & Aguilar, 2018).

Marquina et al. (2016) encontraron que el 97.1% de los estudiantes universitarios tenían mayor preferencia por realizar las actividades, minutos antes de tener que presentarlas existiendo así una postergación en las tareas académicas.

La procrastinación académica es un problema para considerar ya que un estudio en muestra peruana se encontró que la prevalencia fue del 25% presentando en porcentajes elevados al nivel alto, resultando de ser de preocupación (Chávez, 2019).

Además, se ha encontrado mediante evidencias empíricas que la procrastinación académica tiende a propiciar dificultad en seguir reglas, pobre desempeño académico, alteraciones de la personalidad (Patrzek et al., 2012), problemas para lograr objetivos personales y problemas laborales (Rodallega, 2020).

En América Latina la prevalencia de la procrastinación es del 60%, también se ha encontrado que, en los niveles, es el nivel crónico el que se encuentra en 20% dificultándosele al propio estudiante en su área académica (Angarita, 2012)

Asimismo, Marquina et al. (2016) encontraron que el 97.1% de los estudiantes universitarios tenían mayor preferencia por realizar las actividades, minutos antes de tener que encontrarlas, existiendo así una postergación en las tareas académicas.

La procrastinación académica es considerada como retrasos frecuentes y deliberados en las tareas académicas, lo que dificulta el cumplimiento de la fecha fijada por el docente (González-Brignardello & Sánchez, 2013; Furlan et al., 2012).

Busko (1998), determina que la procrastinación es el hecho de retrasar las tareas, mediante la excusación o justificación, además, menciona que la postergación tiene enlace con

la vida diaria, que no permite el crecimiento de la persona, denotando escape de sus obligaciones y deberes, que se verán afectados tanto en su desempeño, como integrarse al sistema social.

Busko (1998) basó su enfoque teórico en los hallazgos que relacionan la procrastinación con el perfeccionismo y, como explicó, la estrecha relación entre estos dos constructos se puede evaluar desde tres perspectivas: Primero, el perfeccionismo afecta la procrastinación, lo que significa que el perfeccionismo hace que una persona posponga sus acciones, como se sugiere, es imposible completar las tareas a la perfección; en segundo lugar, la procrastinación influye en el perfeccionismo, según él, las dos variables no solo están correlacionadas sino que también se explican entre sí en el sentido de que la procrastinación aumenta la percepción de que las acciones deben completarse a la perfección; en tercer lugar, las dos variables están interrelacionadas, lo que lleva a la conclusión de que la interdependencia de las dos estructuras aumenta irracionalmente.

Basándose de lo propuesto por Busko, Domínguez et al. (2014) plantean dos dimensiones, la primera denominada la postergación de las actividades se caracteriza por generalmente aplazar las actividades que tienden a generar estrés por otras que sean más placenteras, generándose un hábito negativo que influye en el desempeño inadecuado y obstaculizando en el logro de las metas; es una de las conductas dilatorias observables; la segunda dimensión nombrada como la autorregulación académica como el proceso en el que los estudiantes para lograr los objetivos necesitan entender y modular los parámetros cognitivos y comportamentales, siendo esta dimensión el grado en que los estudiantes regulan y controlan sus pensamientos.

La justificación teórica aporta al incremento de conocimiento teórico científico respecto a la relación entre las variables ansiedad frente a los exámenes y procrastinación académica,

sirviendo así esta información como antecedente para futuras investigaciones que se deseen realizar.

Además, se ha observado que en la población evaluada los estudiantes universitarios tienden a retrasar continuamente el estudio de los cursos que se les va a evaluar, generando así un aumento en el malestar tanto físico como emocional.

Se formuló la siguiente pregunta de investigación ¿Cuál es la relación entre la ansiedad frente a los exámenes y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte, 2021?

Las preguntas específicas fueron, ¿Cuál es la relación entre la dimensión emocionalidad y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte, 2021?, ¿Cuál es la relación entre la dimensión preocupación y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte, 2021?

En cuanto al objetivo de la investigación fue Determinar la relación entre la ansiedad frente a los exámenes y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte, 2021

En cuanto a los objetivos específicos fueron los siguientes: Determinar la relación entre la dimensión emocionalidad y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte, 2021. Determinar la relación entre la dimensión preocupación y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte, 2021

La hipótesis general fue H1: Existe correlación directa entre ansiedad frente a los exámenes y procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte, 2021

Las hipótesis específicas fueron: Existe correlación directa entre la dimensión emocionalidad y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de

Lima Norte, 2021. Existe correlación directa entre la dimensión preocupación y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte, 2021.

CAPÍTULO II. MÉTODO

La presente investigación fue de enfoque cuantitativo, debido a que se planteó establecer la relación entre las variables de estudio: ansiedad frente a los exámenes y procrastinación académica esto va acorde a lo planteado por Hernández y Mendoza (2018) quienes afirman que el enfoque en el cual se realizan análisis estadísticos a fin de verificar las hipótesis de estudio.

El presente estudio se desarrolló bajo un diseño no experimental tomando en cuenta que, según Hernández y Mendoza (2018), este se caracteriza por la ausencia de manipulación de las variables de estudio dado que tiene como fin estudiar las variables en su ámbito natural.

La presente investigación tuvo un alcance correlacional, es decir, se dirige a analizar e identificar el grado de relación entre las variables de investigación (Hernández & Mendoza (2018). En el estudio se buscó determinar la relación entre Ansiedad frente a los exámenes y procrastinación académica.

De pronto, esta investigación se caracterizó por tener un corte transversal tomando en cuenta que el análisis y evaluación de las variables se realizan en una sola oportunidad en el tiempo (Hernández & Mendoza, 2018).

Para Hernández y Mendoza (2018) la población es un conjunto de elementos finitos o infinitos de elementos los cuales tienen la condición de ser estudiados tomando en cuenta que presentan similitud en diferentes aspectos y están circunscritos a un planteamiento de estudio.

Para el presente estudio se consideró una población finita, conformada por 282 estudiantes varones y mujeres de 9° y 10° ciclo que se encontraron cursando la carrera de

Psicología de una universidad privada de Lima Norte.

La muestra es un subconjunto de la población que cumple la función de ser escogida para generar la recolección de datos para el estudio en particular (Hernández & Mendoza, 2018).

Figura 1

Ecuación para muestras finitas

$$N = \frac{N * Z^2 * A * P * Q}{D^2 * (N - 1) + Z^2 * A * P * Q} = 163$$

Donde:

N = Total de la población
Z α = 1.96 al cuadrado (si la seguridad es del 95%)
p = proporción esperada (en este caso 5% = 0.05)
q = 1 - p (en este caso 1 - 0.05 = 0.95)
d = precisión (en su investigación use un 5%).

La muestra estudiada estuvo conformada por 163 estudiantes que estuvieron entre los ciclos 9° y 10° ciclo de la carrera profesional de Psicología de una universidad privada de Lima Norte, durante el periodo 2021.

Cabe mencionar que el muestreo utilizado fue no probabilístico por conveniencia ya que considera de manera puntual aquellos participantes accesibles al estudio (Hernández & Mendoza, 2018). Este muestreo se sustenta debido a la imposibilidad de acceso a los participantes a causa de la crisis sanitaria y el distanciamiento social por la COVID-19. Asimismo, los criterios de inclusión fueron: estudiar en la universidad designada, estudiar en el 9° y 10° ciclo de la carrera de psicología y participar voluntariamente. además, los criterios de exclusión considerados fueron: no desear participar, no firmar el consentimiento, contar con alguna discapacidad física y/o intelectual que le dificultara llenar las encuestas.

La técnica utilizada fue la encuesta esta se describe como aquel recurso que utiliza el investigador permitiéndole acceder a la información necesaria a fin de lograr los objetivos a través de la recolección de los datos (Hernández & Mendoza, 2018).

Considerando lo antes mencionado en el presente estudio se utilizó cuestionarios como medio de la recolección de la información de las variables de estudio. Un instrumento de medición es el recurso a través del cual se accede a la información pertinente para el desarrollo de la investigación y está relacionado con la obtención y procesamiento de la data (Hernández & Mendoza, 2018).

De manera particular, para el presente estudio se utilizaron dos instrumentos: Inventario de Autoevaluación Frente A Exámenes (IDASE) y la Escala de Procrastinación Académica (EPA).

Para la primera variable se utilizó el *Inventario de Autoevaluación Frente A Exámenes (IDASE)* creado por Bauermeister et al. en 1983, teniendo como objetivo medir la disposición de los estudiantes para responder a la ansiedad y preocupaciones ante situaciones de evaluación. Asimismo, cuenta con dos dimensiones siendo el de emocionalidad y preocupación. Además, se puede aplicar en adolescentes desde los 12 años y universitarios en un tiempo aproximado de 5 minutos.

La adaptación, fue realizada en Lima por Aliaga et al. en el año 2001, en 1096 estudiantes del nivel secundario siendo 547 mujeres y 549 varones. La validez de la adaptación fue comprobada a través de la configuración de cada uno de los factores, hallando de esta manera factores cuyos resultados determinaban el 40,29 % de la varianza de la prueba de forma global, conservando su estructura inicial. La confiabilidad de la adaptación en Perú de esta

prueba se llevó a cabo a través del test retest, donde de acuerdo a los resultados se halló un puntaje de .60 y se utilizó además la consistencia interna con el coeficiente de Alfa de Cronbach de $\alpha = .83$ en los varones y $\alpha = .88$ en las mujeres.

Para el presente estudio se realizó una prueba piloto en una muestra de 30 estudiantes obteniendo una evidencia de validez de constructo por el método Item-Test alcanzando valores de .38 hasta .76 evidenciando que los ítems son válidos para medir la variable, también, según la dimensión emocionalidad valores de .41 hasta .77, en la dimensión preocupación valores de .60 hasta .72. También, se obtuvo la confiabilidad por el método de Consistencia Interna con el estadístico Alfa de Cronbach, alcanzando un valor de .926 es decir el instrumento presente una confiabilidad alta.

Para la segunda variable se hizo uso de la *Escala de Procrastinación Académica* (EPA), es un instrumento creado por Busko en 1998 teniendo como objetivo el de evaluar la procrastinación en estudiantes de pregrado. Adaptado en Perú por Domínguez et al. (2014) en una muestra de universitarios entre 16 y 40 años, hallando así dos dimensiones: la primera la autorregulación académica y la segunda la postergación de actividades. Asimismo, la validez de la adaptación se realizó análisis factorial obteniendo una matriz de correlación significativa ($p < .01$), además un $KMO = .81$, con una prueba de Bartlett de nivel significativo ($p < .01$). En cuanto a la confiabilidad de la adaptación se obtuvo un alfa de Cronbach igual a .85 siendo aceptable.

Este instrumento puede ser administrado en jóvenes mayores de 12 años en un tiempo aproximado de 3 minutos.

En cuanto a la validez de la prueba original fue de 0.90 y la confiabilidad mediante la

consistencia interna se encontró que fue de 0.90.

Para el presente estudio se obtuvo evidencia de validez de constructo por el método Item-Test alcanzando valores de .23 hasta .71 evidenciando que los ítems son válidos para medir la variable, en cuanto a las dimensiones, se encontró en la dimensión postergación de actividades, valores de .31 hasta .77, en la dimensión autorregulación académica valores de .43 hasta .77. También, se obtuvo la confiabilidad por el método de Consistencia Interna con el estadístico Alfa de Cronbach, alcanzando un valor de .752 es decir el instrumento presente una confiabilidad adecuada, en cuanto a las dimensiones, la dimensión postergación de actividades .651 y la dimensión autorregulación académica .835

Para realizar la recolección de datos se empleó la escala de ansiedad frente a los exámenes y la escala de procrastinación académica. Seguidamente, se confeccionó un documento virtual en el cual se consignó un consentimiento informado (ver anexo 4), las escalas de medición y el objetivo de la investigación. Cabe resaltar que los participantes tuvieron conocimiento del estudio, indicando que su participación era voluntaria y confidencial; se consideraron los criterios de inclusión para la participación de los estudiantes. Se difundió los formularios por grupos de estudio, Facebook y WhatsApp; durando la evaluación a la muestra requerida dos semanas en promedio entre los meses de agosto-setiembre del 2021. Finalmente, a partir de las respuestas obtenidas de los participantes, estos fueron clasificados y ordenados mediante el programa de Excel.

El tratamiento de datos se inició con la realización de una base de datos en el programa Excel, en donde se realizó el traslado de los ítems por cada uno de los instrumentos, convirtiéndolos así en puntuaciones, la sumatoria por cada dimensión y la sumatoria total, posteriormente se hizo uso del programa SPSS versión 25. Seguidamente, se procedió a realizar

la prueba de normalidad para verificar el tipo de distribución de las variables, obteniendo con ello una distribución normal por ende se utilizó el índice de correlación Pearson para los análisis inferenciales.

A nivel ético, se consideraron criterios propios para el tratamiento de los datos y cuidado de los participantes tomándose así como importante la solicitud del consentimiento informado, además se velaron por los derechos buscando que no haya ningún tipo de perjuicio o discriminación hacia los encuestados; cabe mencionar que los datos que se obtuvieron solo fueron compartidos por los investigadores, por último, la presente investigación considera el adecuado uso de las citas y referencias bibliográficas. (Colegio de Psicólogos del Perú, 2017; American Psychological Association [APA, 2010]; Código de ética del investigador científico UPN, 2016).

CAPÍTULO III. RESULTADOS

En el siguiente capítulo se exponen los resultados obtenidos respondiendo a los objetivos de investigación

Objetivo general: Determinar la relación entre la ansiedad frente a los exámenes y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte, 2021

Tabla 1

Correlación de la variable ansiedad frente a los exámenes y procrastinación académica

	Correlaciones	Procrastinación académica
Ansiedad frente a los exámenes	Coefficiente de correlación Pearson	-,231
	Sig. (bilateral)	,003
	N	163

H0: No existe correlación entre ansiedad frente a los exámenes y procrastinación académica

HA: Existe correlación entre ansiedad frente a los exámenes y procrastinación académica

Se visualiza en la estadística de correlación entre las variables ansiedad frente a los exámenes y procrastinación académica que hay una correlación negativa débil ($Rho = -.231$; $p = .003$), por ello, se acepta la HA concluyendo que la variable ansiedad frente a los exámenes y procrastinación académica se relacionan entre sí.

Objetivo específico 1: Determinar la relación entre la dimensión emocionalidad y la

procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte, 2021.

Tabla 2

Correlación de dimensión emocionalidad y procrastinación académica

	Correlaciones	Procrastinación académica
Emocionalidad	Coefficiente de correlación Pearson	-,180
	Sig. (bilateral)	,022
	N	163

H0: No existe correlación entre la dimensión emocionalidad y procrastinación académica

HA: Existe correlación entre la dimensión emocionalidad y procrastinación académica

Se observa en la estadística de correlación entre la dimensión emocionalidad y procrastinación académica que hay una correlación negativa débil ($Rho = -.180$; $p = .022$), es así que, se acepta la HA concluyendo que la dimensión emocionalidad y procrastinación académica se relacionan entre sí.

Objetivo específico 2: Determinar la relación entre la dimensión preocupación y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte, 2021

Tabla 3

Correlación de dimensión preocupación y procrastinación académica

	Correlaciones	Procrastinación académica
Preocupación	Coefficiente de correlación Pearson	-,269
	Sig. (bilateral)	,001
	N	163

H0: No existe correlación entre la dimensión preocupación y procrastinación académica

HA: Existe correlación entre la dimensión preocupación y procrastinación académica

En la estadística de correlación entre la dimensión preocupación y procrastinación académica que hay una correlación negativa débil ($Rho = -.269$; $p = .001$), por ello, se acepta la HA concluyendo que la dimensión preocupación y procrastinación académica se relacionan entre sí.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

El objetivo de la presente investigación fue determinar la relación entre la ansiedad frente a los exámenes y procrastinación académica en estudiantes de una universidad de Lima Norte, 2021, se encontró en los resultados la existencia de una correlación negativa, débil ($Rho = -.231$, $p=.001$), es decir a menor ansiedad frente a los exámenes los estudiantes tienden a presentar un mayor nivel de procrastinación académica. Este resultado difiere por lo encontrado por, Manchado y Hervías (2021) quienes hallaron que las variables no se relacionan entre sí ($p=.054$). Al respecto, Busko (1998) expresa que muchas veces los jóvenes al experimentar síntomas de desagrado emocional y físico tratan de evitarlo al realizar conductas que disminuya la probabilidad de que se repita. Esto quiere decir que cuando una persona presenta mayor ansiedad frente a los exámenes deja de procrastinar en el ámbito académico debido que procura anticipar la realización de sus actividades por el pensamiento fatalista de irle mal en el momento de la evaluación.

Por consiguiente, con respecto al objetivo 1 siendo el determinar la relación entre la dimensión emocionalidad y la procrastinación académica en los universitarios, se encontró la existencia de una correlación negativa débil ($Rho = -.180$, $p=.022$), sin embargo, Hernández y Mendoza (2018) indican que cuando la fuerza de correlación es muy débil o débil no se puede aseverar la existencia de una relación entre ambas. Ante lo señalado, Guerra (2016) citado en Magnín (2021) halló en su investigación una correlación directa ($p<0.05$), siendo que la dimensión emocionalidad si se relaciona con la procrastinación académica. Spielberger y Vagg (1987) en su modelo transaccional explican que ante situaciones de evaluación se involucran procesos emocionales y cognitivos ante las formas de respuesta y sus consecuencias, los cuales van a funcionar como mediadores. Esto indica que cuando el estudiante empieza a presentar

signos y síntomas fisiológicos de ansiedad frente a las evaluaciones, tiende a procrastinar en menor medida buscando que estos síntomas disminuyan y se genere un sentimiento de relajación.

En cuanto al objetivo específico 2 siendo determinar la relación entre la dimensión preocupación y la procrastinación académica en estudiantes, se encontró una correlación negativa ($Rho = -.269$, $p = .001$). Por ello, Okoye y Oghenekaro (2020) dentro de sus resultados dieron a conocer que los estudiantes que han pasado por mayor preocupación, tensión, prefieren no procrastinar dejando para último momento sus labores, lo que confirmaría lo encontrado en la presente investigación. Además, Busko (1998) menciona que el temor o tensión generada en los alumnos se manifiesta cuando tienen que enfrentar alguna situación de evaluación, intelectual, de ejecución de una destreza o social. Ello menciona que, en momentos de evaluación los estudiantes tienden a tener diversos tipos de pensamiento desde positivos hasta negativos en el momento de los exámenes, sin embargo, si estos se vuelven catastróficos dificultándolo es probable que tengan una menor postergación de las actividades.

Dentro de las limitaciones del presente estudio se considera que el muestreo no probabilístico limita la generalización de resultados debido a que ya que estos son principalmente aplicables a la población de estudio.

En cuanto a las implicancias, el estudio podrá servir como antecedente para futuras investigaciones puesto que, se ha evidenciado que hay muy pocas investigaciones que han relacionado a las dimensiones de la ansiedad frente a los exámenes y la procrastinación, además, los resultados presentados en el estudio permitirán a la institución educativa implementar programas de prevención y promoción que permitan que se presente menor procrastinación en el alumno debido que como se ha visualizado esto puede generar que se presente ansiedad en situaciones de evaluación, asimismo, dar a conocer que los estudiantes se

encuentran en un nivel promedio pudiendo acrecentar aún más ambas variables generando así una problemática, por lo que los especialistas de salud mental se podrían involucrar para orientar a los jóvenes en el establecimiento de un horario, mejorando así no solo el área académica, sino también personal, debido que los signos y síntomas de ansiedad serán menores. Por último, a nivel metodológico los instrumentos han sido validados a la población peruana en la presente investigación por lo que pueden ser utilizados por contar con una validez y confiabilidad adecuada.

Entre las conclusiones se menciona lo siguiente: como objetivo general se determinó la relación entre la ansiedad frente a los exámenes y procrastinación académica en estudiantes encontrándose la existencia de una correlación negativa, débil ($Rho = -.231$), además, en el primer objetivo específico se determinó la relación entre la dimensión emocionalidad y la procrastinación académica en los universitarios hallándose la existencia de una correlación negativa débil ($Rho = -.180$), por último, se determinó la relación entre la dimensión preocupación y la procrastinación académica en estudiantes, indicando así en los resultados una correlación negativa débil ($Rho = -.269$).

REFERENCIAS

- Abado, X., & Cáceres, A. (2018). *Procrastinación académica y ansiedad frente a evaluaciones en estudiantes de primer año de la escuela profesional de psicología* [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. Repositorio institucional de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/6526/PSabbexn.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Aliaga, J., Ponce, E., & Pecho, J. (2001). Paradigmas. *Revista psicológica de actualización profesional*, 2, 11-30. https://www.researchgate.net/publication/320775162_Caracteristicas_Psicometricas_del_Inventario_de_Autoevaluacion_de_la_Ansiedad_ante_Examenes_IDASE/link/59fa17db0f7e9b61546e685d/download
- American Psychological Association (2020). *Principios éticos de los psicólogos y código de conducta*. http://www.uhu.es/susana_paino/EP/CcAPA.pdf
- Angarita, L. (2012). Aproximación a un concepto actualizado de la Procrastinación. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología*, 5(2), 85-94. <http://revistas.iberoamericana.edu.co/index.php/ripsicologia/article/view/249/217>
- Bausela, E. (2005). Ansiedad ante los exámenes. *Evaluación e intervención psicopedagógica. Educere*, 9(31), 553-558.
- Bohórquez, A. (2007). *Prevalencia de depresión y ansiedad según las escalas de Zung y evaluación de la asociación con el desempeño académico en los estudiantes de medicina de la Pontificia Universidad Javeriana* [Tesis de Licenciatura, Pontificia Universidad Javeriana].

- Burgos-Torre, K. & Salas-Blas, E. (2020). Procrastinación y Autoeficacia académica en estudiantes universitarios limeños. *Propósitos y Representaciones*, 8(3), e790. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2307-79992020000400044
- Busko, D. (1998). *Causes and consequences of perfectionism and procrastination: a structural equation model* [Tesis de Maestría, University of Guelph]. Repositorio institucional de la University of Guelph.
- Cano, A. & Tobal, M. (2001). Emociones y salud. *Ansiedad y Estrés*, 7(2), 111-121.
- Castro, D., & Rodríguez, R. (2018). *Procrastinación académica y ansiedad ante exámenes en estudiantes de psicología de una universidad de Cajamarca* [Tesis de pregrado, Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo]. Repositorio institucional de la Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo. <http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/733/INFORME%20DE%20TESIS-%20Procrastinaci%3b3n%20acad%3a9mica%20y%20ansiedad%20ante%20ex%3a1menes%20enn%20estudiantes%20de%20psicologi.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Chávez, J. (2019). *Procrastinación académica y adaptación a la vida universitaria en estudiantes de una universidad privada, Chiclayo* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional de la Universidad César Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/37889/Chavez_TJM.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Clark, D., & Beck, A.T. (2012). *Terapia cognitiva para trastornos de ansiedad: Ciencia y práctica*. Desclee de Brower
- Código de ética del investigador UPN (2016). *Resolución Rectoral N° 104-2016-UPN-SAC*.
<https://www.upn.edu.pe/sites/default/files/2020-06/codigo-etica-investigador-cientifico-upn.pdf>
- Colegio de Psicólogos del Perú (2017). *Código de ética y deontología*.
https://www.cpsp.pe/documentos/marco_legal/codigo_de_etica_y_deontologia.pdf
- Domínguez, S., Villegas, G. & Centeno, S. (2014). Procrastinación académica: validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. *Liberabit*, 20 (2), 293-304. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272014000200010
- Furlan, L., Sánchez, J., Heredia, D., Piemontesi, S. & Illbele, A. (2009). Estrategias de aprendizaje y ansiedad ante los exámenes en estudiantes universitarios. *Pensamiento Psicológico*, 5(12), 117-124.
- González-Brignardello, M. & Sánchez-Elvira-Paniagua, A. (2013). ¿Puede amortiguar el compromiso los efectos nocivos de la procrastinación académica? [Can Compromiso buffer the harmful effects of Academic Procrastination?]. *Acción Psicológica*, 10(1), 117-134. <http://dx.doi.org/10.5944/ap.10.1.7039>
- Guerra, I. (2016). *Ansiedad ante los exámenes y procrastinación académica en estudiantes universitarios* [Tesis de Licenciatura, Universidad Argentina de la Empresa]. Repositorio institucional de la Universidad Argentina de la Empresa. <https://repositorio.uade.edu.ar/xmlui/handle/123456789/4078>.

- Hernández, R. & Mendoza, C (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Mc Graw Hill- educación.
- Kaplan, H., Sandock, B., & Sadock, V. (2009). *Sinopsis de psiquiatría*. Lippincott Williams & Wilkins.
- Lazarus, R. (1969). *Patterns of adjustment and huaman effectiveness*. Tokio: International Studet Edition McGraw- Hill Book Company.
- Magnín, L. (2021). *Relación entre procrastinación y estrés académicos en estudiantes de psicología de Paraná* [Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica Argentina]. Repositorio institucional de la Pontificia Universidad Católica Argentina. <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/13817/1/relaci%C3%B3n-entre-procastinaci%C3%B3n-acad%C3%A9mica.pdf>
- Maldonado, C., & Zenteno, M. (2018). *Procrastinación académica y ansiedad ante exámenes en estudiantes de universidades privadas de Lima Este* [Tesis de pregrado Universidad Peruana Unión]. Repositorio institucional de la Universidad Peruana Unión. <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/1040>.
- Mamani Guerra, S. E., & Aguilar Angeletti, A. (2019). Relación entre la procrastinación académica y ansiedad-rasgo en estudiantes universitarios pertenecientes al primer año de estudios de una universidad privada de Lima Metropolitana. *Revista Psicológica Herediana*, 11(2), 33-41. <https://doi.org/10.20453/rph.v11i2.3627>
- Manchado, M. & Hervías, F. (2021). Procrastinación, ansiedad ante los exámenes y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Interdisciplinaria*, 38(2), 243-258. <http://www.ciipme->

conicet.gov.ar/ojs/index.php?journal=interdisciplinaria&page=article&op=view&path
%5B%5D=637&path%5B%5D=pdf

Marquina, R. J., Gomez, L., Salas, C., Santibañez, S., & Rumiche, R. (2016). *Procrastinación en universitarios de Lima Metropolitana. Rev. Peru. Obstet. Enferm., 12(1), 1-7.*

Okoye, K., & Oghenekaro, M. (2020). Relación entre la autoestima, la procrastinación académica y la ansiedad ante los exámenes con el rendimiento académico de los estudiantes del Diploma de Posgrado en Educación (PGDE) en la Universidad Estatal de Delta, Abraka. *ISJASSR, 3(1), 37-47.*
https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=3542761

Onyeizogbo, E. (2010). Autoeficacia, sexo y rasgo de ansiedad como moderados de la ansiedad ante exámenes. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology, 20(8), 299-312.*

Patrzek, J. (2012). Academic Procrastination: The Perspective of University Counsellors. *International Journal for the Advancement of Counselling, 34(3), 185-201.*

Reyes, Y. (2003). *Relación entre el rendimiento académico, la ansiedad ante los exámenes, los rasgos de personalidad, el auto concepto y la asertividad en estudiantes del primer año de Psicología de la UNMSM* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio institucional de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos.

https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/590/Reyes_ty.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Rodallega, Z. (2020). *El impacto de la procrastinación en el desempeño laboral: Caso Granja*

Hortofrutíco la Ganadera El Agrado [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD]. Repositorio institucional de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD.

<https://repository.unad.edu.co/bitstream/handle/10596/36549/zrodallegab.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

Saracalogu, A (2018). *La relación entre las tendencias académicas y generales de procrastinación de los candidatos a maestro de música y la ansiedad ante los exámenes. Revista de estudios de educación y formación*, 6 (9), 174-183.
<https://eric.ed.gov/?id=EJ1188960>

Spielberger, C., & Vagg, P. (1987). El tratamiento de la ansiedad ante los exámenes: un modelo de proceso transaccional. *Advances in Test Anxiety Research*, 5, 179-186.

ANEXOS
ANEXO n° 1. Matriz de consistencia

Título	Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Metodología
Ansiedad frente a los exámenes y procrastinación académica en estudiantes de una universidad de Lima Norte, 2021	General	General	General	Dimensión	Indicador
	¿Cuál es la relación entre la ansiedad frente a los exámenes y procrastinación académica en estudiantes de una universidad de Lima Norte, 2021?	Determinar la relación entre la ansiedad frente a los exámenes y procrastinación académica en estudiantes de una universidad de Lima Norte, 2021	Existe correlación directa entre la ansiedad frente a los exámenes y procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte, 2021	- Emocionalidad - Preocupación	1, 2, 4, 8, 9, 10, 11, 13, 15, 18, 20 3, 5, 6, 7, 12, 14, 16, 17, 19
	Específicos	Específicos	Específicos	Dimensión	Indicador
¿Cuál es la relación entre la dimensión emocionalidad y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad de Lima Norte, 2021?	Determinar la relación entre la dimensión emocionalidad y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad de Lima Norte, 2021	Existe correlación directa entre la dimensión emocionalidad y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte, 2021	-Postergación de actividades	1, 3, 4, 8, 9, 15, 16	
¿Cuál es la entre la dimensión preocupación y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad de Lima Norte, 2021?	Determinar la relación entre la dimensión preocupación y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad de Lima Norte, 2021	Existe correlación directa entre la dimensión preocupación y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte, 2021	-Autorregulación académica	2, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 13, 14	

ANEXO n° 2. Matriz de operacionalización de la variable ansiedad frente a los exámenes

Variables	Definición conceptual	Dimensiones	Ítems	Escala de medición
Ansiedad frente a los exámenes	Es el temor o tensión generada en los alumnos al enfrentar una situación de evaluación, intelectual, de ejecución de una destreza o social (Sarason, 1984)	Emocionalidad	1, 2, 4, 8, 9,10, 11, 13, 15, 18, 20	Ordinal
		Preocupación	3, 5, 6, 7, 12, 14, 16, 17, 19	

ANEXO n° 3. Matriz de operacionalización de la variable procrastinación

Variables	Definición conceptual	Dimensiones	Ítems	Escala de medición
Procrastinación académica	Es una conducta evitativa de aplazamiento cuya intención está destinada a dar pretextos por las tareas académicas no realizadas (Busko, 1998)	Autorregulación académica	2, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 13, 14	Ordinal
		Postergación de actividades	1, 3, 4, 8, 9, 15, 16	

ANEXO n° 4. Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Es muy grato saludarle, nuestros nombre son Andrea Paola Franco Granda y Xiomara Lisbeth Maqui Pinto, estudiantes de la Universidad Privada del Norte de la Facultad de Humanidad de la carrera de Psicología, encontrándonos en el último ciclo de la carrera.

La presente investigación se titula Ansiedad frente a los exámenes y procrastinación en estudiantes de psicología de 9° y 10° ciclo de una Universidad de Lima Norte,2021.

Por ende, usted ha sido invitado a participar de la investigación siendo totalmente voluntaria, no encontrándose obligado de participar si en caso no deseara.

Además, si lo deseara conveniente puede dejar de rellenar la/las pruebas en cualquier momento, teniendo en cuenta que esta es una evaluación anónima por lo que sus datos y respuestas serán confidenciales.

Por último, si usted posteriormente tuviera alguna duda o sugerencia nos puede escribir a los correos institucionales: N00082785@upn.pe, N00105026@upn.pe

He leído los párrafos anteriores y al marcar la opción SI estoy aceptando participar del estudio.

¿Acepta participar voluntariamente en esta investigación? *

- SI
- NO

ANEXO n° 6. Prueba de normalidad

Variables	<i>K-S</i>	<i>p</i>
Ansiedad frente a los exámenes	0.067	0.069*
Procrastinación académica	0.065	0.088*

Nota. $N = 163$; *K-S* = Kolmogorov Smirnov con corrección de Lilliefors; *p* = Significancia (p)

Para la prueba de normalidad se realizó mediante la prueba Kolmogorov-Smirnov, es así como se obtuvo que en las variables ansiedad frente a los exámenes y procrastinación académica, el índice de significancia se ajustó a una distribución normal por lo que, se empleó el coeficiente de correlación paramétrico Pearson