



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de Psicología

“ANSIEDAD Y PROCRASTINACIÓN EN ESTUDIANTES DE
LA CARRERA DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD
PRIVADA DE LOS OLIVOS, 2021”

Tesis para optar por el título profesional de:

Licenciado en Psicología

Autor:

Jesus Antonio Tarcilla Mosquera

Asesor:

Mg. Johnny Erick Enciso Rios

Lima - Perú

2021

DEDICATORIA

El presente trabajo se lo dedico a mi familia y amigos, haciendo una mención especial hacia cada miembro de mi familia, quienes han sido pilares fundamentales en mi formación, tanto profesional como personal, brindándome la confianza necesaria, dándome los mejores consejos y teniéndome mucha paciencia, este trabajo se los dedico a ustedes.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por darme la oportunidad de un nuevo día, de fortalecerme espiritualmente, por sentirme bendecido, reafirmandome como creyente y por haberme guiado hasta esta etapa de mi vida, pudiendo así terminar este trabajo.

También me gustaría agradecer a cada profesor que ha estado presente en mi formación académica a lo largo de esta etapa de mi vida, por impartir sus conocimientos, aprendiendo cosas de cada uno.

A mis amigos con los que he compartido grandes momentos, que me han dado su palabra de aliento cuando lo he necesitado, por su amistad desinteresada y su apoyo incondicional.

A mi familia, por ser cada uno parte de mi vida y estar desde cero, influyendo en mi formación personal y profesional, por su total confianza cuando más lo necesitaba, por tener los mejores consejos siempre, también, por poder corregirme cada vez que era necesario, por el amor que me dan día a día alentándome a superarme, por cada momento que me dan, se los agradezco eternamente.

Finalmente, pero no menos importante, a María Perpetuo Medina Rodas, que más que mi abuela, ha sido mi madre a lo largo de mi vida, por estar siempre pendiente a mí, por su apoyo y entrega total, por el amor que me ha brindado a mí y a mis hermanos, solo con el propósito de que seamos felices. También, a Julio Antonio Tarcilla Medina, mi papá, quién ha sabido ser el mejor padre, y de la misma forma un gran amigo, dando hasta la salud, por ello, a ustedes dos y a la familia, gracias por nunca soltarnos, se lo agradeceré siempre.

Tabla de contenidos

DEDICATORIA	2
AGRADECIMIENTO.....	3
ÍNDICE DE TABLAS	5
ÍNDICE DE FIGURAS	6
RESUMEN	7
ABSTRACT	8
CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN	9
CAPÍTULO II. MÈTODO.....	18
CAPÍTULO III. RESULTADOS	24
CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.....	31
REFERENCIAS	37
ANEXOS	42

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Estadísticos descriptivos de la variable Ansiedad	25
Tabla 2. Nivel de Ansiedad	25
Tabla 3. Estadísticos descriptivos de la variable ansiedad estado	26
Tabla 4. Nivel de ansiedad estado	27
Tabla 5. Estadísticos descriptivos de la variable ansiedad rasgo	28
Tabla 6. Nivel de ansiedad rasgo	28
Tabla 7. Estadísticos descriptivos de la variable Procrastinación	29
Tabla 8. Nivel de Procrastinación	30
Tabla 9. Estadísticos descriptivos de la variable autorregulación académica	31
Tabla 10. Nivel de autorregulación académica	31
Tabla 11. Estadísticos descriptivos de la variable postergación de actividades	32
Tabla 12. Nivel de postergación de actividades	33
Tabla 13. Prueba de Normalidad Kolmogórov-Smirnov para ansiedad y procrastinación	34
Tabla 14. Correlación entre ansiedad y procrastinación académica	35
Tabla 15. Correlación entre ansiedad estado y autorregulación académica	35
Tabla 16. Correlación entre ansiedad estado y postergación de actividades	36
Tabla 17. Correlación entre ansiedad rasgo y autorregulación académica	37
Tabla 18. Correlación entre ansiedad rasgo y postergación de actividades	37

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Nivel de ansiedad	26
Figura 2. Nivel de ansiedad estado	27
Figura 3. Nivel de ansiedad rasgo	29
Figura 4. Nivel de procrastinación académica	31
Figura 5. Nivel de postergación de actividades	32
Figura 6. Nivel de autorregulación académica	33

RESUMEN

El presente estudio tiene como objetivo determinar la relación entre ansiedad y procrastinación académica en estudiantes de la carrera de Psicología de una Universidad Privada de Los Olivos. Se utiliza enfoque cuantitativo con diseño no experimental, de corte transversal y alcance correlacional. Los instrumentos utilizados fueron el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE) y la Escala de Procrastinación (EPA). La población de estudio estuvo constituida por 2641 estudiantes universitarios varones y mujeres de la carrera de psicología de todos los ciclos de una Universidad Privada de Los Olivos, mientras que la muestra está compuesta por 265 estudiantes universitarios varones y mujeres de la carrera de psicología de una Universidad Privada de Los Olivos. Los resultados encontrados muestran que existe relación directa de nivel fuerte entre ansiedad y procrastinación académica ($r_{ho} = .531$), además existe relación directa de nivel medio entre postergación de actividades con ansiedad estado ($r_{ho} = .454$) y ansiedad rasgo ($r_{ho} = .438$); asimismo, existe relación inversa de nivel medio entre autorregulación académica con ansiedad estado ($r_{ho} = -.490$) y ansiedad rasgo ($r_{ho} = -.411$).

Se concluye que la ansiedad se relaciona directamente con la procrastinación académica.

Palabras clave: ansiedad, procrastinación, estudiantes, universidad privada.

ABSTRACT

The present study aims to determine the relationship between anxiety and academic procrastination in students from a Private University of Los Olivos. A quantitative approach with a non-experimental, cross-sectional design and correlational scope is used. The instruments used were the State-Trait Anxiety Inventory (IDARE) and the Procrastination Scale (EPA). The results found show that there is a direct and moderate relationship between anxiety and academic procrastination ($\rho = .531$), in addition there is a direct moderate relationship between postponement of activities with state anxiety ($\rho = .454$) and trait anxiety ($\rho = .438$); Likewise, there is an inverse relationship between academic self-regulation with state anxiety ($\rho = -.490$) and trait anxiety ($\rho = -.411$).

Key words: Anxiety, procrastination, students, university private.

CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN

1.1 Realidad problemática

La Organización Mundial de la Salud, OMS, (2018) mencionan que los trastornos de salud mental en la edad adulta empiezan a manifestarse a los 14 años, pero en la gran mayoría de casos no se detectan ni son tratados, siendo la ansiedad la octava causa principal de enfermedad y discapacidad. En ese sentido, en América Latina y el Caribe, según el Banco Mundial (2017) más del 22% de la población sufre de malestares mentales como la ansiedad severa. En tanto, en Perú, el Ministerio de Salud (MINSA) informó que entre el 60% y 70% de los pacientes que son atendidos en los servicios de salud mental del país son menores de 18 años, siendo en su mayoría los motivos de su consulta más frecuente los problemas emocionales como la ansiedad (Perú21, 2019).

En relación con la comunidad universitaria, según el Ministerio de Educación, MINEDU, (2019) el 85% de las universidades peruanas presenta problemas de salud mental y los casos más recurrentes son de ansiedad (82%). En ese sentido, se encontró que la ansiedad afecta el rendimiento ante los exámenes (Ávila-Toscano, Pacheco, González & Polo, 2011), además cuanto mayor es la ansiedad menor es el pensamiento constructivo o productivo (Aragón-Borja, Contreras-Gutiérrez & Tron-Álvarez, 2011) existiendo una relación inversa y significativa entre la comprensión emocional – regulación emocional y la ansiedad estado o rasgo (Rodríguez, Amaya & Argota, 2011), además los alumnos con indicadores más elevados de ansiedad clínica presentaban los promedios más bajos (Bojórquez, 2015).

Dada esta perspectiva, otra variable que afecta al estudiante universitario y posiblemente relacionado a la ansiedad es la procrastinación ya que influye negativamente en la autoeficacia académica del estudiante (Alegre, 2013), así como desencadenando bajo

rendimiento académico (Garzón, & Gill, 2017), además se asocia a una mayor adicción a redes sociales. Cabe mencionar que la procrastinación es un problema el cual se relaciona con un déficit de autocontrol desencadenando dificultades a nivel académico, considerando que la persona que procrastina generalmente en vez de realizar las actividades académicas tiende a realizar otras actividades que lo desvían de su objetivo académico principal (Rozenal y Carbring, 2014).

Por tanto, es importante el estudio tanto de la ansiedad como la procrastinación ya que influyen de manera directa en el proceso del estudiante universitario, encontrándose evidencia de correlación positiva (Pardo, Perilla & Salinas, 2014; Giannoni, 2015; Vallejos, 2015; Mamani, 2017) tanto como negativa entre ambas (Marquina, Horna & Huairé, 2018). Los hallazgos de estos estudios aportan al conocimiento de ansiedad y procrastinación, con lo cual se presenta el desafío para los expertos de conocer cómo interactúan dichas variables en el ámbito universitario.

En cuanto a las investigaciones realizadas sobre las variables de estudio a nivel internacional, Avila, Camacho, Marfo y Morales (2019) buscaron determinar la relación entre procrastinación académica, adicción a internet y ansiedad en estudiantes de Medicina Humana, no encontrando relación entre ansiedad y procrastinación.

Escobar y Corzo (2018) estudiaron la procrastinación académica, autorregulación del aprendizaje y ansiedad en estudiantes universitarios encontrando relación positiva en particular entre procrastinación académica y ansiedad.

Guerra (2016) estudió ansiedad ante los exámenes y procrastinación académica en estudiantes universitarios encontrando relación positiva entre ambas variables.

Norambuena, Palma, Peña, Quezada y Aliaga (2015) relacionaron procrastinación académica y ansiedad en el ámbito universitario encontrando correlación significativa entre los niveles de ansiedad y de procrastinación.

A nivel nacional se desarrollaron estudios como el de Marquina, Horna & Huairé (2019) quienes buscaron determinar la relación entre ansiedad y procrastinación académica en una muestra de estudiantes universitarios, con un diseño no experimental de corte transversal y alcance correlacional, encontrando que existe correlación negativa entre ambas variables.

Mestanza (2019) buscó determinar la relación entre ansiedad y procrastinación académica en una muestra de 172 estudiantes universitarios, con un diseño no experimental de corte transversal y alcance correlacional, encontrando que existe correlación altamente significativa entre ambas variables.

García y Pérez (2018) buscaron determinar la relación entre ansiedad y procrastinación académica en una muestra de estudiantes universitarios, con un diseño no experimental de corte transversal y alcance correlacional, encontrando que existe correlación entre ambas variables.

Barahona (2018) buscó determinar la relación entre ansiedad y procrastinación en una muestra de 259 estudiantes universitarios, con un diseño no experimental de corte transversal y alcance correlacional, encontrando que no existe correlación significativa entre ambas variables.

Mamani (2017) buscó determinar la relación entre ansiedad y procrastinación académica en una muestra de 200 estudiantes universitarios, con un diseño no experimental de corte transversal y alcance correlacional, encontrando que existe correlación débil entre ambas variables.

Giannoni (2015) buscó establecer la relación entre ansiedad y procrastinación en una muestra de 118 estudiantes universitarios, con un diseño no experimental de corte transversal y alcance correlacional, encontrando que existe correlación significativa entre ambas variables.

Vallejos (2015) buscó determinar la relación entre ansiedad y procrastinación académica en una muestra de 130 estudiantes universitarios, con un diseño no experimental de corte transversal y alcance correlacional, encontrando que existe correlación significativa entre ambas variables.

En relación con la variable ansiedad, Consuegra (2010) nos refiere que la ansiedad es no enfrentar situaciones amenazantes y estresantes, presentando signos de sensaciones fisiológicas. Estos síntomas aparecen ante un peligro que se perciba o que no exista.

García, Bethencourt, Martín & Armas (2012) refieren que la ansiedad es congénita para el individuo y lo presentan todas las personas, los cuales les anticipa diferentes situaciones, mejora el desempeño, y la adaptación a la sociedad, trabajo o estudiantil, es considerada como emoción natural.

Rojo (2011) manifiestan que los síntomas de ansiedad presentan síntomas fisiológicos, como ritmo cardíaco, palpitaciones, dolor o presión en el pecho, también se puede manifestar con malestares digestivos dolor y diarrea.

A la vez, se plantean diferentes enfoques acerca de la ansiedad:

Enfoque Psicoanalítico, plantea que la ansiedad es el resultado de la lucha entre un impulso inaceptable y una contrafuerza administrada por el ego definiéndose como una respuesta interna del organismo ante una amenaza que es manifestado porque en los primeros años de vida se sufrieron experiencias desagradables. (Sierra, Ortega & Zubeidat, 2003 citados por Ángeles, 2018).

Enfoque Cognitivo, se entiende la ansiedad como el producto de la influencia del ambiente. Se pone énfasis en los procesos implicados en la evaluación y respuesta a los estímulos del ambiente entendiéndose que, si el producto a la evaluación es una amenaza, se inicia una reacción de ansiedad, presentándose los síntomas que caracterizan a esta variable. (Casado, 1994, citado por Ángeles, 2018).

Enfoque conductista, da énfasis a los comportamientos observables, la ansiedad es consecuencia de una evolución condicionada donde se ha asociado estímulos neutros con situaciones traumáticas y amenazantes de manera que cada que presente un estímulo esto produce una actitud de ansiedad. (Belloch, Sandín & Ramos, 1995 citados por Ángeles, 2018).

Enfoque de Eysenck, refiere que la ansiedad es algo genético y cambiante ante factores constitucionales, en lo cual se divide en 3 indicadores de la conducta: extraversión, neuroticismo y psicoticismo. (Ángeles, 2018).

Enfoque Fisiológico, Barlow (2004) citado por Ángeles (2018) estima que el origen de los estudios genéticos, psicofisiológicos, endocrinológicos y neurobiológicos debe ser de análisis también para las teorías etiológicas de la ansiedad.

Enfoque de la ansiedad de Spielberger (1972), el cual plantea que la ansiedad es una característica emocional donde existe miedo o tensión en base a determinados estímulos con los que interactúa la persona.

La ansiedad patológica es considerada tanto como rasgo y estado (Spielberger, 1972, citado por Mamani, 2017).

Ansiedad rasgo, es la predisposición para percibir el entorno como amenazante generando frecuentemente estados de ansiedad.

Ansiedad estado, es referida como la respuesta específica a una situación específica siendo cambiante y pasajera.

En relación a la variable procrastinación es entendida como un grado de afectación en la toma de decisiones y resolución de conflictos (Chan, 2011) así como postergación voluntaria de actividades que han de ser entregadas en un tiempo dado (Quant & Sánchez, 2012), también se entiende como un comportamiento auto limitante que genera pérdida del tiempo y bajo rendimiento (Natividad, 2014). Es por ello, que la procrastinación académica es la tendencia a prorrogar una actividad académica generando ansiedad y poca autoeficacia (Mamani, 2017). Se mencionan 3 teorías de la procrastinación (Mamani, 2017).

Teoría psicodinámica, la cual menciona el modo de crianza como un factor predictor de la procrastinación.

Teoría conductual, relaciona la procrastinación con las teorías del aprendizaje haciéndose énfasis en la ley del efecto.

Teoría cognitivo conductual, se analizan los pensamientos, conductas y opiniones sobre la persona y el entorno.

Es el acto de evasión o de aplazamiento de tareas encomendadas utilizando para ello excusas con el fin de trasladar temporalmente determinadas actividades académicas importantes para la formación profesional. En suma, la procrastinación no solo se evalúa en el aspecto académico; también influye en la actividades de la vida diaria, debilitando la autonomía del individuo con el incumplimiento de sus obligaciones y deberes domésticos; lo cual, afecta en su desenvolvimiento e interacción al sistema social (Busko, 1998).

La procrastinación está compuesta de dos dimensiones (Domínguez et al., 2014):

Autorregulación académica, es un proceso activo donde se desarrollan objetivos controlando y regulando el proceso.

Postergación de actividades, referido a un patrón continuo de aplazamiento de tareas académicas o actividades de la vida cotidiana.

1.2 Formulación del problema

Problema general

¿Qué relación existe entre ansiedad y procrastinación en los estudiantes de la carrera de Psicología de una Universidad Privada de Los Olivos, 2021?

Problemas específicos

¿Qué relación existe entre la ansiedad estado y la autorregulación académica en los estudiantes de la carrera de Psicología de una Universidad Privada de Los Olivos, 2021?

¿Qué relación existe entre la ansiedad estado y la postergación de actividades en los estudiantes de la carrera de Psicología de una Universidad Privada de Los Olivos, 2021?

¿Qué relación existe entre la ansiedad rasgo y la autorregulación académica en los estudiantes de la carrera de Psicología de una Universidad Privada de Los Olivos, 2021?

¿Qué relación existe entre la ansiedad rasgo y la postergación de actividades en los estudiantes de la carrera de Psicología de una Universidad Privada de Los Olivos, 2021?

1.3 Objetivos

Objetivo general

Determinar qué relación existe entre ansiedad y procrastinación en estudiantes de la carrera de psicología de una Universidad Privada de Los Olivos.

Objetivos específicos

Determinar qué relación existe ansiedad estado y autorregulación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una Universidad Privada de Los Olivos.

Determinar qué relación existe entre ansiedad estado y postergación de actividades en estudiantes de la carrera de psicología de una Universidad Privada de Los Olivos.

Determinar qué relación existe entre ansiedad rasgo y autorregulación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una Universidad Privada de Los Olivos.

Determinar qué relación existe entre ansiedad rasgo y postergación de actividades en estudiantes de la carrera de psicología de una Universidad Privada de Los Olivos.

1.4 Hipótesis

Hipótesis general

Existe relación entre ansiedad y procrastinación en estudiantes de la carrera de psicología de una Universidad Privada de Los Olivos.

Hipótesis específicas

Existe relación entre ansiedad estado y autorregulación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una Universidad Privada de Los Olivos.

Existe relación entre ansiedad estado y postergación de actividades en estudiantes de la carrera de psicología de una Universidad Privada de Los Olivos.

Existe relación entre ansiedad rasgo y autorregulación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una Universidad Privada de Los Olivos.

Existe relación entre ansiedad rasgo y postergación de actividades en estudiantes de la carrera de psicología de una Universidad Privada de Los Olivos.

1.5 Justificación

El presente estudio se justifica ya que, a nivel teórico, favorece a la elaboración de conocimiento científico a partir de estos dos constructos psicológicos, variables consideradas relevantes para explicar el proceso universitario en su perspectiva psicológica. Además, a nivel práctico, la utilidad de esta investigación explica cómo se relaciona ansiedad y procrastinación a fin de elaborar programas psicoeducativos o de tratamiento en el contexto educativo peruano. También, a nivel social, permite promover un conocimiento y práctica en cuanto a las actitudes de prevención psicológica que favorezca un óptimo desempeño académico y social.

CAPÍTULO II. MÉTODO

2.1 Tipo de investigación

Enfoque de investigación

El enfoque de la presente investigación es cuantitativo, ya que, se plantean hipótesis y obtienen resultados a partir de un proceso estadístico (Hernández, Fernández & Baptista, 2014).

Diseño de investigación

El diseño empleado fue no experimental, ya que, es una investigación relacional en la que el investigador no interviene en las variables independientes (Huamanchumo y Rodríguez, 2015).

Alcance de investigación;

El alcance de la investigación es correlacional, pues mide la relación existente entre dos variables (Hernández et al, 2014).

Corte de investigación

Asimismo, de corte transversal, dado que los datos recogidos son obtenidos en un mismo espacio de tiempo (Hernández, Fernández & Baptista, 2014).

2.2 Población y muestra

Población: según Hernández, Fernández & Baptista (2014) la población es un conjunto total de individuos que tienen características similares entre sí, requeridas en una investigación y que coinciden en un determinado tiempo y espacio. La población de estudio estuvo constituida por 2641 estudiantes universitarios varones y mujeres de la carrera de psicología de todos los ciclos de una Universidad Privada de Los Olivos, cuyas edades oscilan entre 17 y 26 años.

Muestra: según Hernández, Fernández & Baptista (2014) la muestra corresponde a una porción de la población, la cual es representativa de la misma. La selección de la muestra se realizó mediante muestreo no probabilístico por conveniencia, ya que, se consideran a aquellos jóvenes de fácil acceso, y que además cumplan con los criterios de inclusión y exclusión, además este tipo de muestreo permite obtener datos básicos y las tendencias respecto al estudio (Hernández, Fernández & Baptista, 2014).

Por lo cual la muestra está compuesta por 265 estudiantes universitarios varones y mujeres entre edades de 17 y 26 años de una Universidad Privada de Los Olivos.

Los criterios de inclusión son:

- Estudiantes que pertenezcan a la universidad seleccionada para la investigación.
- Estudiantes universitarios varones y mujeres que deseen participar en la investigación.
- Estudiantes universitarios varones y mujeres pertenecientes a la carrera de Psicología de la universidad seleccionada para la investigación.

Los criterios de exclusión son:

- Estudiantes que no pertenezcan a la universidad seleccionada para la investigación
- Estudiantes universitarios varones y mujeres que no deseen participar en la investigación.
- Estudiantes universitarios varones y mujeres que no pertenezcan a la carrera de Psicología de la universidad seleccionada para la investigación.

2.3 Técnicas y métodos de recolección y análisis de datos

Según Hernández, Fernández y Baptista (2014) consideran que “las técnicas de recolección de los datos pueden ser múltiples. Por ejemplo, en la investigación cuantitativa:

cuestionarios cerrados, registros de datos estadísticos, pruebas estandarizadas, sistemas de mediciones fisiológicas, aparatos de precisión, etc.” (p. 14).

En este trabajo de investigación, se utilizó la aplicación de dos encuestas, las cuales permitieron recoger información necesaria de las variables: Ansiedad y Procrastinación, mediante el intercambio de preguntas y respuesta de manera virtual.

Instrumentos de recolección de datos

Para Hernández, Fernández & Baptista (2014) un “instrumento de medición, es un recurso que utiliza el investigador para registrar información o datos sobre las variables que tiene en mente”. (p. 199). Para esta investigación, los instrumentos utilizados son:

Inventario de Ansiedad Estado – Rasgo (IDARE)

FICHA TECNICA

Autor:	Charles D. Spielberger y colaboradores (1975)
Número de Ítems:	40
Tipo de Respuesta:	Likert
Aplicación:	adolescentes y adultos
Evalúa:	Mide la ansiedad estado y la ansiedad rasgo
Tiempo:	10 a 15 min.

El Inventario de Ansiedad Estado – Rasgo presenta indicadores de presencia y ausencia de ansiedad para ambas dimensiones. Con respecto a la Ansiedad Rasgo (SXR): la falta de ansiedad lo tienen los siguientes ítems 21,26,27,30,33,36 y 39 por otro lado tener ansiedad está compuesto por los ítems 22,23,24,25,28,29,31,34,35,37,38 y 40. De tal manera a la Ansiedad estado (SXE), la falta de ansiedad implica a los ítems 1,2,5,8,10,11,15,16,19 y 20 así mismo el tener ansiedad lo conforman los siguientes ítems 3,4,6,7,9,12,13,14,17,18.

En los aspectos psicométricos de la prueba original, los coeficientes “alfa” son una medida de la consistencia interna, que resulta mediante la fórmula KR – 20 modificada por Cronbach, y los hallazgos fueron de muestras de personas normales bastantes buenos entre 0,83 y 0,92. Respecto a la Confiabilidad; la consistencia interna fue: 0.90 - 0.93 (subescala estado) 0.84 – 0.87 (subescala rasgo). Tiene una fiabilidad test – retest: 0.73 – 0.86 (subescala rasgo).

Confiabilidad

En cuanto a la confiabilidad de la dimensión ansiedad-estado se obtuvo un alfa de .908, mientras que para ansiedad-rasgo el alfa fue de .874 (Domínguez et al, 2012).

Validez

En cuanto a la validez, Domínguez et al (2012) se realizó un análisis factorial obteniendo una matriz de correlación significativa ($p < .01$), con un KMO = .84, el cual es adecuado, así como mediante la prueba de esfericidad de Bartlett se obtuvo un nivel significativo ($p < .01$) mostrando una adecuada interrelación entre los ítems. Se usó el método de componentes principales con rotación promax debido a que se observaron correlaciones entre los componentes de .479, las cuales son mayores a .32. Además, se identificaron dos componentes diferenciados, caracterizados por la presencia y ausencia de ansiedad, los cuales explican el 48.608% de la varianza.

Escala de Procrastinación

FICHA TECNICA

Autor:	Busko (1998)
Número de Ítems:	12
Tipo de Respuesta:	Likert
Aplicación:	jóvenes y adultos

Finalidad:	medir niveles de procrastinación académica
Tiempo:	5 a 10 min. aprox.
Adaptación Limeña universitaria:	Domínguez (2014)

Confiabilidad

Domínguez et al. (2014), encontró una confiabilidad de alfa de Cronbach de .816 para la escala total, además obtuvo un coeficiente alfa de Cronbach para la dimensión autorregulación académica igual a .82 y la para la dimensión postergación de actividades igual a .75

Validez

Domínguez (2014), realizó un análisis factorial obteniendo una matriz de correlación significativa ($p < .01$), con un KMO = .81, el cual es adecuado, así como mediante la prueba de esfericidad de Bartlett se obtuvo un nivel significativo ($p < .01$) mostrando una adecuada interrelación entre los ítems.

2.4 Procedimiento

Inicialmente se procede a solicitar la autorización a la institución respectiva dando a conocer el objetivo de la investigación. Luego al ser obtenido el permiso se procede a generar el contacto con los participantes dándoles a conocer el objetivo del estudio así como manifestarles el carácter voluntario del mismo, mediante un consentimiento informado. Finalmente se toman las encuestas y se continúa con el procesamiento de datos.

2.5 Análisis de datos

En primera instancia, luego de obtenidas las encuestas otorgadas a los participantes, se procede a extrapolar los datos hacia el programa de Excel con el fin de clasificar y codificar los puntajes hallando los estadísticos como media, mediana, moda, etc. En segunda

instancia dichos datos codificados y clasificados serán trasladados al programa SPSS a fin de realizar el análisis inferencial hallando el tipo de distribución que presenta mediante la prueba de normalidad de Kolmogórov-Smirnov para luego identificar si existe o no correlación entre las variables mediante el coeficiente de Pearson o Spearman según sea el caso.

2.6 Aspectos éticos

En primer lugar, se tomará en cuenta el criterio de originalidad del estudio teniendo cuidado en no generar plagio o falsedad en el contenido teórico de la investigación. En segundo lugar, se anticipará a los participantes el objetivo principal del estudio, así como el carácter voluntario de su participación otorgándole adicionalmente un consentimiento informado.

CAPÍTULO III. RESULTADOS

3.1 Resultados descriptivos de la investigación

A continuación, se describen las variables Ansiedad y Procrastinación.

Tabla 1

Nivel de Ansiedad

	Frecuencia	Porcentaje
Nivel bajo	81	30,6
Nivel medio	105	39,6
Nivel alto	79	29,8
Total	265	100,0

En la Tabla 1, se observa que la muestra de evaluados es 265 representando al 100%, además en cuanto a niveles de Ansiedad, el mayor porcentaje de evaluados tiene un nivel medio (39.6%), seguido de nivel bajo (30.6%) y por último nivel alto (29.8%).

Tabla 2

Nivel de Ansiedad Estado

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	96	36,2
Medio	90	34,0
Alto	79	29,8
Total	265	100,0

En la Tabla 2, se observa que la muestra de evaluados es 265 representando al 100%, además en cuanto a niveles de Ansiedad Estado, el mayor porcentaje de evaluados tiene un nivel bajo (36.2%), seguido de nivel medio (34%) y por último nivel alto (29.8%).

Tabla 3

Nivel de Ansiedad Rasgo

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	79	29,8
Medio	115	43,4
Alto	71	26,8
Total	265	100,0

En la Tabla 3, se observan los niveles de Ansiedad Rasgo, donde el mayor porcentaje de evaluados tiene un nivel medio (43.4%), seguido de nivel bajo (29.8%) y por último nivel alto (26.8%).

Tabla 4

Nivel de Procrastinación

	Frecuencia	Porcentaje
Nivel bajo	79	29,8
Nivel medio	110	41,5
Nivel alto	76	28,7
Total	265	100,0

En la Tabla 4, se observan los niveles de Procrastinación, donde el mayor porcentaje de evaluados tiene un nivel medio (41.5%), seguido de nivel bajo (29.8%) y por último nivel alto (28.7%).

Tabla 5

Nivel de Autorregulación Académica

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	98	37,0
Medio	93	35,1
Alto	74	27,9
Total	265	100,0

En la Tabla 5, se observan los niveles de Autorregulación Académica, donde el mayor porcentaje de evaluados tiene un nivel bajo (37%), seguido de nivel medio (35.1%) y por último nivel alto (27.9%).

Tabla 6

Nivel de Postergación de Actividades

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	88	33,2
Medio	118	44,5
Alto	59	22,3
Total	265	100,0

En la Tabla 6, se observan los niveles de Postergación de Actividades, donde el mayor porcentaje de evaluados tiene un nivel medio (44.5%), seguido de nivel bajo (33.2%) y por último nivel alto (22.3%).

3.2 Análisis de la bondad de ajuste a la distribución de la muestra

Tabla 7

Prueba de Normalidad Kolmogórov-Smirnov para Ansiedad y Procrastinación

	Kolmogórov-Smirnov		
	Estadístico	Gl	Sig.
Procrastinación	,078	265	,000
Autorregulación académica	,069	265	,004
Postergación de actividades	,125	265	,000
Ansiedad	,097	265	,000
Ansiedad-estado	,130	265	,000
Ansiedad-rasgo	,106	265	,000

En la Tabla 7, se observa el análisis de la distribución de la muestra mediante la prueba de normalidad de Kolmogórov-Smirnov donde se indica que los niveles de significancia de las variables ansiedad, ansiedad estado y ansiedad rasgo, así como las

dimensiones de procrastinación son menores a 0.05, lo cual evidencia que presentan distribución no normal, por lo tanto para el análisis correlacional se utiliza el estadístico no paramétrico correspondiente al coeficiente de Spearman.

3.3 Prueba de hipótesis

Hipótesis Principal

H1: Existe relación entre Ansiedad y Procrastinación en estudiantes de la carrera de psicología de una Universidad Privada de Los Olivos.

HO: No existe relación entre Ansiedad y Procrastinación en estudiantes de la carrera de psicología de una Universidad Privada de Los Olivos.

Tabla 8

Correlación entre Ansiedad y Procrastinación

		Procrastinación
Ansiedad	<i>Rho</i>	,531**
	<i>Sig.</i>	,000

En la Tabla 8, se observa el análisis de correlación mediante el coeficiente de Spearman para las variables Ansiedad y Procrastinación, encontrándose un nivel de significancia menor a .05 y un coeficiente $rho = .531^{**}$, por lo cual, se acepta la hipótesis de investigación y se concluye que existe una correlación directa fuertemente significativa para ambas variables.

Hipótesis específica 1

H1: Existe relación entre Ansiedad Estado y Autorregulación Académica en estudiantes de la carrera de psicología de una Universidad Privada de Los Olivos.

HO: No existe relación entre Ansiedad Estado y Autorregulación Académica en estudiantes de la carrera de psicología de una Universidad Privada de Los Olivos.

Tabla 9

Correlación entre Ansiedad Estado y Autorregulación Académica

		Autorregulación Académica
Ansiedad Estado	<i>Rho</i>	-,490**
	Sig.	,000

En la Tabla 9, se observa el análisis de correlación mediante el coeficiente de Spearman para las variables ansiedad estado y autorregulación académica, encontrándose un nivel de significancia menor a .05 y un coeficiente $rho = -.490^{**}$, por lo cual, se acepta la hipótesis de investigación y se concluye que existe una correlación inversa medianamente significativa para ambas variables.

Hipótesis específica 2

H1: Existe relación entre Ansiedad Estado y Postergación de Actividades en estudiantes de la carrera de psicología de una Universidad Privada de Los Olivos.

HO: No existe relación entre Ansiedad Estado y Postergación de Actividades en estudiantes de la carrera de psicología de una Universidad Privada de Los Olivos.

Tabla 10

Correlación entre Ansiedad Estado y Postergación de Actividades

		Postergación de Actividades
Ansiedad Estado	<i>Rho</i>	,454*
	Sig.	,000

En la Tabla 10, se observa el análisis de correlación mediante el coeficiente de Spearman para las variables ansiedad estado y postergación de actividades, encontrándose un nivel de significancia menor a .05 y un coeficiente $rho = .454^{**}$, por lo cual, se acepta la

hipótesis de investigación y se concluye que existe una correlación directa medianamente significativa para ambas variables.

Hipótesis específica 3

H1: Existe relación entre Ansiedad Rasgo y Autorregulación Académica en estudiantes de la carrera de psicología de una Universidad Privada de Los Olivos.

HO: No existe relación entre Ansiedad Rasgo y Autorregulación Académica en estudiantes de la carrera de psicología de una Universidad Privada de Los Olivos.

Tabla 11

Correlación entre Ansiedad Rasgo y Autorregulación Académica

		Autorregulación Académica
Ansiedad Rasgo	<i>Rho</i>	-,411**
	<i>Sig.</i>	,000

En la Tabla 11, se observa el análisis de correlación mediante el coeficiente de Spearman para las variables ansiedad rasgo y autorregulación académica, encontrándose un nivel de significancia menor a .05 y un coeficiente $rho = -.411^{**}$, por lo cual, se acepta la hipótesis de investigación y se concluye que existe una correlación inversa medianamente significativa para ambas variables.

Hipótesis específica 4

H1: Existe relación entre Ansiedad Rasgo y Postergación de Actividades en estudiantes de la carrera de psicología de una Universidad Privada de Los Olivos.

HO: No existe relación entre Ansiedad Rasgo y Postergación de Actividades en estudiantes de la carrera de psicología de una Universidad Privada de Los Olivos.

Tabla 12

Correlación entre Ansiedad Rasgo y Postergación de Actividades

		Postergación de Actividades
Ansiedad Rasgo	<i>Rho</i>	,438**
	<i>Sig.</i>	,00

En la Tabla 12, se observa el análisis de correlación mediante el coeficiente de Spearman para las variables ansiedad rasgo y postergación de actividades, encontrándose un nivel de significancia menor a .005 y un coeficiente $rho = .438^{**}$, por lo cual, se acepta la hipótesis de investigación y se concluye que existe una correlación directa medianamente significativa para ambas variables.

CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

4.1 Discusión

En la presente investigación, se tuvo como objetivo general determinar la relación entre ansiedad y procrastinación en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Los Olivos. En ese sentido, los resultados indican que existe relación directa y fuertemente significativa entre ambas variables estudiadas ($r = .531$). Estos resultados son similares a los encontrados por García y Pérez (2018), quienes estudiaron procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de una universidad de Trujillo, obteniendo un coeficiente de correlación similar ($\rho = .386$), tomando en cuenta que dicho estudio se realizó con 123 estudiantes en comparación de los 265 estudiantes que participaron en el presente estudio. Este indica que el estado emocional en el que se experimenta tensión o miedo (Spielberger, 1972) propicia la postergación voluntaria de actividades que han de ser entregadas en un tiempo dado (Quant & Sánchez, 2012). Por otro lado, los resultados obtenidos son diferentes a lo encontrado por Mamani (2017) quien encontró correlación muy débil entre procrastinación académica y ansiedad-rasgo ($r = .068$), tomando en cuenta que dicho estudio se realizó en 200 estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana principalmente del primer año de estudios.

En cuanto a la relación entre la ansiedad estado y la autorregulación académica se encontró que existe relación inversa y medianamente significativa entre ambas variables ($r = -.490$). Sin embargo, estos hallazgos son diferentes a lo reportado por García y Pérez (2018) quienes estudiaron procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Trujillo, encontrando relación directa entre las variables de estudio ($r = .356$). Por otro lado, los resultados obtenidos en el presente estudio se relacionan

adecuadamente con la teoría planteada en base a las variables de estudio, ya que, la ansiedad estado se refiere a una reacción específica frente a una situación específica (Spielberger, 1972) que al manifestarse agudamente dificultaría la autorregulación académica que es entendida como un proceso donde se desarrollan objetivos controlando y regulando los momentos (Gonzales & Del Valle, 2008).

Respecto a la relación entre ansiedad estado y postergación de actividades, se encontró que existe relación directa y medianamente significativa entre ambas variables ($\rho = .454$). Estos hallazgos son similares a los obtenidos por García y Pérez (2018) quienes obtuvieron relación directa entre ambas dimensiones. Dicha relación se sustenta, ya que, siendo la ansiedad estado una ansiedad patológica (Spielberger, 1972) propiciaría la postergación de actividades, que es entendida como un patrón continuo de aplazamiento de tareas de la vida cotidiana (Quant & Sánchez, 2012).

En cuanto a la relación entre la ansiedad rasgo y la autorregulación académica, se encontró que existe relación inversa y medianamente significativa entre dichas variables ($\rho = -.411$). Estos hallazgos tienen diferencias con los estudios realizados por Mamani (2017) quien encontró relación directa entre ambas dimensiones ($r = .152$). Sin embargo, los resultados en el presente estudio se sustentan, ya que, siendo la ansiedad rasgo un tipo de ansiedad patológica (Spielberger, 1972), su aparición dificultaría la autorregulación académica que es entendida como el proceso de regulación estable en la realización de tareas académicas (Gonzales & Del Valle, 2008).

Finalmente, en cuanto a la relación entre la ansiedad rasgo y la postergación de actividades, se encontró que existe relación directa y medianamente significativa entre ambas variables ($\rho = .438$). Estos hallazgos tienen semejanza con los obtenidos por Mestanza (2019) quienes encontraron también relación moderada y directa entre ambas

variables ($r = .40$) tomando en cuenta que dicho estudio se realizó con 172 universitarios de Trujillo. Ello se sustenta, ya que, siendo la ansiedad rasgo una predisposición a generar frecuentemente estados de agudos ansiedad (Spielberger, 1972), tienden a generar un estado de postergación de actividades comprendida como el aplazamiento continuo de actividades de la vida cotidiana (Quant & Sánchez, 2012).

4.2 Implicancias

Conocidos estos resultados, se plantea la realización de mayores estudios en el contexto universitario, ya que, se ha determinado relación evidente entre ansiedad y procrastinación académica, por lo cual, es importante ante tal evidencia el desarrollo continuo y reforzado de programas de manejo de la ansiedad, así como estrategias para contrarrestar la procrastinación en los estudiantes universitarios.

Asimismo, como méritos obtenidos están el haber obtenido a nivel conceptual una coherencia de resultados en cuanto a las características de las variables.

4.3 Limitaciones y recomendaciones

Los resultados del presente estudio se han estructurado con base a un muestreo no probabilístico, el cual ha tenido como limitación un número de participantes en cierto sentido insuficiente con fines de propiciar una generalización para estudios similares a la presente investigación. Aunque dada la mayor cantidad de estudios que reafirman lo encontrado en esta investigación se puede justificar en cierta medida el error muestral generado. Además, la aplicación se realizó de manera virtual reduciendo con ello el control de los participantes, por lo cual se sugiere para futuros estudios realizar la evaluación de manera presencial y en grupos pequeños.

Respecto a lo que se puede reforzar para futuros estudios es la obtención de una mayor variedad de información conceptual acerca de las variables estudiadas, así como el aumento

de la muestra de participantes y control de las variables extrañas durante la recopilación de la información estadística. Se recomienda en lo futuro, con fines de mayor relevancia, propiciar el estudio de los componentes de ambas variables, así como agregar el estudio diferenciado en base a variables sociodemográficas y técnicas de muestreo aleatorio.

4.4 Conclusiones

En la presente investigación se determinó la relación entre ansiedad y procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una Universidad Privada de Los Olivos, hallándose que existe relación fuertemente significativa entre ambas variables estudiadas en la muestra; tomando en cuenta que dicha relación es directa y significativa, lo que indica que la ansiedad se relaciona de manera directa con la procrastinación académica. Lo más importante en la investigación de este objetivo fue hallar la correlación directa y esto se explica porque la ansiedad pone énfasis a la evaluación de los estímulos de manera amenazante (Casado, 1994) lo cual se relaciona con la procrastinación académica que es la tendencia a prorrogar una actividad académica (Mamani, 2017).

También, se determinó la relación entre la ansiedad estado y la autorregulación académica en estudiantes de una Universidad Privada de Los Olivos, hallándose que existe relación significativa entre ambas variables estudiadas en la muestra; tomando en cuenta que dicha relación es inversa y medianamente significativa, lo que indica que la ansiedad estado se relaciona de manera inversa con la autorregulación académica. Lo más importante en la investigación de este objetivo fue hallar la correlación inversa y esto se explica porque la ansiedad estado se refiere a una reacción específica frente a una situación específica (Spielberger, 1972) que al manifestarse agudamente sería contrario a la autorregulación académica que es entendida como un proceso donde se desarrollan objetivos controlando y regulando los momentos (Gonzales & Del Valle, 2008).

Además, se determinó la relación entre la ansiedad estado y la postergación de actividades en estudiantes de la carrera de psicología de una Universidad Privada de Los Olivos, hallándose que existe relación significativa entre ambas variables estudiadas en la muestra; tomando en cuenta que dicha relación es directa y medianamente significativa, lo que indica que la ansiedad se relaciona de manera directa con la postergación de actividades. Lo más importante en la investigación de este objetivo fue hallar la correlación directa y esto se explica porque siendo la ansiedad estado una ansiedad patológica (Spielberger, 1972) propiciaría la postergación de actividades, que es entendida como un patrón continuo de aplazamiento de tareas de la vida cotidiana (Quant & Sánchez, 2012).

También, se determinó la relación entre la ansiedad rasgo y la autorregulación académica, en estudiantes de la carrera de psicología de una Universidad Privada de Los Olivos, hallándose que existe relación significativa entre ambas variables estudiadas en la muestra; tomando en cuenta que dicha relación es inversa y medianamente significativa, lo que indica que la ansiedad se relaciona de manera inversa con la autorregulación académica. Lo más importante en la investigación de este objetivo fue hallar la correlación inversa y esto se explica porque siendo la ansiedad rasgo un tipo de ansiedad patológica (Spielberger, 1972), su aparición dificultaría la autorregulación académica que es entendida como el proceso de regulación estable en la realización de tareas académicas (Gonzales & Del Valle, 2008).

Finalmente, se determinó la relación entre la ansiedad rasgo y la postergación de actividades, en estudiantes de la carrera de psicología de una Universidad Privada de Los Olivos, hallándose que existe relación significativa entre ambas variables estudiadas en la muestra; tomando en cuenta que dicha relación es directa y medianamente significativa, lo que indica que la ansiedad se relaciona de manera directa con la procrastinación académica. Lo más importante en la investigación de este objetivo fue hallar la correlación directa y esto

se explica porque siendo la ansiedad rasgo una predisposición a generar frecuentemente estados de ansiedad afecta directamente en la postergación de actividades comprendida como el aplazamiento continuo de actividades de la vida cotidiana (Quant & Sánchez, 2012).

REFERENCIAS

- Alegre, A. (2013). Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Propósitos y representaciones*, 1(2), 57-82.
- Ángeles, S. (2018). *Acoso escolar y ansiedad en estudiantes de secundaria en instituciones educativas públicas del distrito de Los Olivos, 2018*. (Tesis para Licenciatura, Universidad César Vallejo)
- Aragón-Borja, L., Contreras-Gutiérrez, O. y Tron-Álvarez, R. (2011). Ansiedad y pensamiento constructivo en estudiantes universitarios. *Journal of behavior, health & social issues (México)*, 3(1), 43-56
- Avila, Y., Camacho, D., Margfoyo, D. & Morales, C. (2019). *Procrastinación académica adicción a internet y ansiedad en estudiantes de Medicina Humana en la Universidad UDCA año 2018*. (Tesis para Licenciatura, Universidad UDCA)
- Ávila-Toscano, J., Pacheco, S., González, D. & Polo, A. (2011). Relación entre ansiedad ante los exámenes, tipos de pruebas y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Psicogente*, 14(26), 255-268.
- Banco Mundial (7 de Abril de 2017). *Bajo su superficie alegre, Latinoamérica también sufre de depresión*.
<https://www.bancomundial.org/es/news/feature/2017/04/07/latinoamerica-tambien-sufre-depresion-dia-mundial-salud-2017>
- Barahona, K. (2018). *Ansiedad frente a los exámenes y procrastinación académica en estudiantes adolescentes tardíos de una universidad privada de Lima*. (Tesis para Licenciatura, Universidad San Martín de Porres)

Bojórquez, J. (2015). *Ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios*.

(Tesis para Magister, Universidad San Martín de Porres)

Busko, D. (1998). Causes and consequences of perfectionism and procrastination: A structural equation model. Tesis de Maestría no publicada. The University of Guelph, :Canadá.

Chan, L. (2011). Procrastinación académica como predictor en el rendimiento académico en jóvenes de educación superior. *Unifé. Temát. Psicología*, 7(1).

Consuegra, N. (2010). *Diccionario de Psicología*. (2° ed.). Bogotá: Ocoe ediciones.

Dominguez, 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.

Escobar, A. y Corzo, L. (2018). *Procrastinación académica, autorregulación del aprendizaje y ansiedad en estudiantes de recién ingreso a comunidades universitarias*. (Tesis para Licenciatura, Universidad Nacional Abierta y a distancia Colombia)

García, P., Bethencourt, J., Martín, A. y Armas, E. (2012). *Ansiedad y depresión: Investigación e intervención*. España: Editorial Comares, S. L.

García, S. y Pérez, G. (2018). *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Trujillo*. (Tesis para Magíster, Universidad Católica de Trujillo)

Garzón, A., y Gil, J. (2017). El papel de la procrastinación académica como factor de la deserción universitaria. *Revista Complutense de Educación*, 28(1), 307 – 324.

- Giannoni, E. (2015). *Procrastinación crónica y ansiedad estado-rasgo en una muestra de estudiantes universitarios*. (Tesis para Licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú)
- Guerra, I. (2016). *Ansiedad ante los exámenes y procrastinación académica en estudiantes universitarios* (Doctoral dissertation, Universidad Argentina de la Empresa).
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6ª ed.). McGraw Hill Education.
- Huamanchumo, V. y Rodríguez, F. (2015). *Metodología de la investigación en las Organizaciones*. (1ª. ed.). Editorial Summit.
- 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*. (Tesis para Licenciatura, Universidad Peruana Cayetano Heredia)
- Marquina, R., Horna, V. & Huaré, E. (2018). Ansiedad y procrastinación en estudiantes universitarios. *Revista ConCiencia EPG*, 3(2), 89-97.
- Matalinares, M. et al (2019). Procrastinación y adicción a redes sociales en estudiantes universitarios de pre y post grado de Lima. *Horizonte De La Ciencia*, 7(13), 63-81.
<http://167.114.2.69/index.php/horizontedelaciencia/article/view/313>
- Mestanza, E (2019). *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de una Universidad privada de la ciudad de Trujillo* (Tesis Parcial)
- MINEDU (15 de Octubre de 2019). *Minedu y el Minsa trabajan con 21 universidades públicas en el cuidado de la salud mental*. (nota de prensa). Recuperado de

<https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/52741-minedu-y-el-minsa-trabajan-con-21-universidades-publicas-en-el-cuidado-de-la-salud-mental>

Norambuena, Y., Palma, S., Peña, P., Quezada, R., y Aliaga, P. (2015). *Relación entre procrastinación académica y ansiedad en el ámbito universitario* (Doctoral dissertation, Universidad Católica del Maule)

Organización Mundial de la Salud (18 de Setiembre de 2018). *Salud mental del adolescente*. (Centro de Prensa). <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

Pardo, D., Perilla, L. & Salinas, C. (2014). Relación entre procrastinación académica y ansiedad-rasgo en estudiantes de psicología. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología*, 14(1), 31-44

Peru21 (25 de junio de 2019). *Más del 60% de los pacientes que acuden a servicios de salud mental son menores de 18 años*. Peru21. <https://peru21.pe/peru/minsa-60-pacientes-acuden-servicios-salud-mental-son-menores-18-anos-nndc-486571-noticia/?ref=p21r>

Quant, M. & Sánchez, A. (2012). Procrastinación, procrastinación académica: concepto e implicaciones. *Revista vanguardia psicológica*, 3, 44 – 55.

Rodríguez, U., Amaya, A. & Argota, A. (2011). Inteligencia emocional y ansiedad en estudiantes universitarios. *Psicogente*, 14(26), 310-320. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6113739>

Rojo, J. (2011). *Comprender la ansiedad, las fobias y el estrés*. Ediciones Pirámide.

Vallejos, S. (2015). *Procrastinación académica y ansiedad frente a las evaluaciones en estudiantes universitarios*. (Tesis para Licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú)

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

Planteamiento del problema	Objetivos	Hipótesis	VARIABLES DE ESTUDIO	Metodología
<p>Problema general ¿Cuál es la relación que existe entre ansiedad y procrastinación en estudiantes de una universidad privada de Los Olivos, 2021?</p>	<p>Objetivo general Determinar cuál es la relación que existe entre ansiedad y procrastinación en estudiantes de una universidad privada de Los Olivos, 2021</p>	<p>Hipótesis general Existe relación significativa entre ansiedad y procrastinación en estudiantes de una universidad privada de Los Olivos, 2021</p>	<p>Variable 1: Ansiedad Dimensiones: - Ansiedad estado - Ansiedad rasgo</p> <p>Variable 2: Procrastinación académica Dimensiones: - Autorregulación académica - Postergación de actividades</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Enfoque de investigación Cuantitativo • Nivel de investigación Correlacional • Diseño de investigación No experimental de corte transversal <p>Población: Confirmada por 2003 estudiantes universitarios varones y mujeres de la Facultad de Psicología de todos</p>
<p>Problema específico 1 ¿Cuál es la relación que existe entre la ansiedad estado y la autorregulación académica en estudiantes de una universidad privada de Los Olivos, 2021?</p>	<p>Objetivo específico 1 Determinar cuál es la relación que existe entre la ansiedad estado y la autorregulación académica en estudiantes de una universidad privada de Los Olivos, 2021</p>	<p>Hipótesis específica 1 Existe relación significativa entre la ansiedad estado y la autorregulación académica en estudiantes de una universidad privada de Los Olivos, 2021</p>	<p>Variable 2: Procrastinación académica Dimensiones: - Autorregulación académica - Postergación de actividades</p>	<p>Población: Confirmada por 2003 estudiantes universitarios varones y mujeres de la Facultad de Psicología de todos</p>

<p>Problema específico 2 ¿Cuál es la relación que existe entre la ansiedad estado y la postergación de actividades en estudiantes de una universidad privada de Los Olivos, 2021?</p>	<p>Objetivo específico 2 Determinar cuál es la relación que existe entre la ansiedad estado y la postergación de actividades en estudiantes de una universidad privada de Los Olivos, 2021</p>	<p>Hipótesis específica 2 Existe relación significativa entre la ansiedad estado y la postergación de actividades en estudiantes de una universidad privada de Los Olivos, 2021</p>	<p>los ciclos de una Universidad Privada de Los Olivos.</p> <p>Muestra: Representada por 265 estudiantes universitarios varones y mujeres de la Facultad de Psicología de todos los ciclos de una Universidad Privada de Los Olivos.</p> <p>Técnica de muestreo No probabilístico por conveniencia</p> <p>Instrumentos de recolección de datos: Se utiliza la técnica de la encuesta Los instrumentos utilizados son: - Inventario de Ansiedad (IDARE)</p>
<p>Problema específico 3 ¿Cuál es la relación que existe entre la ansiedad rasgo y la autorregulación académica en estudiantes de una universidad privada de Los Olivos, 2021?</p>	<p>Objetivo específico 3 Determinar cuál es la relación que existe entre la ansiedad rasgo y la autorregulación académica en estudiantes de una universidad privada de Los Olivos, 2021</p>	<p>Hipótesis específica 3 Existe relación significativa entre la ansiedad rasgo y la autorregulación académica en estudiantes de una universidad privada de Los Olivos, 2021</p>	
<p>Problema específico 4 ¿Cuál es la relación que existe entre la ansiedad rasgo y la postergación de actividades en estudiantes de una universidad privada de Los Olivos, 2021?</p>	<p>Objetivo específico 4 Identificar el nivel de dependencia emocional en estudiantes de la carrera de psicología de una Universidad Privada de Lima.</p>	<p>Hipótesis específica 4 Existe relación significativa entre la ansiedad rasgo y la postergación de actividades en estudiantes de una universidad privada de Los Olivos, 2021</p>	

				<p>- Escala de Procrastinación Académica (EPA)</p> <p>Técnicas de análisis de datos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se empleará para el análisis de datos en SPSS versión 25 • Para emplear el empleo de pruebas paramétricas o no paramétricas se utilizará la prueba de Kolmogórov-Smirnov • Para establecer la correlación entre las variables se usará Pearson o Spearman dependiendo del caso.
--	--	--	--	---

Anexo 2: Operacionalización de variables

Variables	Definición conceptual	Dimensiones	Ítems	Escala de medición
Ansiedad	Es el estado emocional que genera miedo o tensión, pudiendo ser considerada como estado o como rasgo (Spielberger, 1972).	Ansiedad estado	Del 1 al 20	Ordinal
		Ansiedad rasgo	Del 1 al 20	
Procrastinación académica	Es el acto de evasión o de aplazamiento de tareas encomendadas utilizando para ello excusas con el fin de trasladar temporalmente determinadas actividades académicas importantes para la formación profesional (Busko, 1998).	Autorregulación académica	2, 3, 4, 5, 8, 9, 10, 11, 12	Ordinal
		Postergación de actividades	1, 6, 7	

Anexo 3: Instrumentos de medición

Escala de Procrastinación académica (EPA)

Responda a las preguntas mediante las siguientes indicaciones:

1 = nunca

3 = a veces

5 = siempre

2 = casi nunca

4 = casi siempre

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

Inventario de Ansiedad

Ansiedad estado (AE)

Lea cada frase e indique como se siente ahora mismo, es decir, en este momento. No hay respuesta buenas o malas. No en lo absoluto = 1, Un poco = 2, Bastante = 3, Mucho = 4

Preguntas	1	2	3	4
1. Me siento calmado	1	2	3	4
2. Me siento seguro	1	2	3	4
3. Estoy tenso	1	2	3	4
4. Estoy contrariado	1	2	3	4
5. Estoy a gusto	1	2	3	4
6. Me siento alterado	1	2	3	4
7. Estoy preocupado actualmente por algún posible contratiempo	1	2	3	4
8. Me siento descansado	1	2	3	4
9. Me siento ansioso	1	2	3	4
10. Me siento cómodo	1	2	3	4
11. Me siento con confianza en mí mismo	1	2	3	4
12. Me siento nervioso	1	2	3	4
13. Me siento agitado	1	2	3	4
14. Me siento a punto de explotar	1	2	3	4
15. Me siento reposado	1	2	3	4
16. Me siento satisfecho	1	2	3	4
17. Estoy preocupado	1	2	3	4
18. Me siento muy excitado y aturdido	1	2	3	4
19. Me siento alegre	1	2	3	4
20. Me siento bien	1	2	3	4

Ansiedad rasgo (AR)

Lea cada frase e indique como se siente generalmente. No hay respuesta buenas o malas.
Casi nunca = 1, Algunas veces = 2, Frecuentemente = 3, Casi siempre = 4

Preguntas	1	2	3	4
1. Me siento bien	1	2	3	4
2. Me canso rápidamente	1	2	3	4
3. Siento ganas de llorar	1	2	3	4
4. Quisiera ser tan feliz como otros parecen serlo	1	2	3	4
5. Pierdo oportunidades por no poder decidirme rápidamente	1	2	3	
6. Me siento descansado	1	2	3	4
7. Soy una persona, tranquila, serena y sosegada	1	2	3	4
8. Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas	1	2	3	4
9. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia	1	2	3	4
10. Soy feliz	1	2	3	4
11. Tomo las cosas muy a pecho	1	2	3	4
12. Me falta confianza en mí mismo	1	2	3	4
13. Me siento seguro	1	2	3	4
14. Trato de sacarle el cuerpo a las crisis y dificultades	1	2	3	4
15. Me siento melancólico	1	2	3	4
16. Me siento satisfecho	1	2	3	4
17. Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente y me molestan	1	2	3	4
18. Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza	1	2	3	4
19. Soy una persona estable	1	2	3	4
20. Cuando pienso en los asuntos que tengo entre manos me pongo tenso y alterado.	1	2	3	4

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Sección 1 de 6

Ansiedad y procrastinación en estudiantes universitarios

La presente investigación tiene como objetivo determinar la relación que existe entre ansiedad y procrastinación en estudiantes universitarios

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria. Si accedes a participar en este estudio, se te pedirá responder preguntas que tomarán aproximadamente 15 minutos. Tus respuestas a los cuestionarios serán codificadas usando un número de identificación y por ello, serán anónimas.

La información obtenida será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de esta investigación. No hay ningún problema o riesgo que pueda causar esta actividad.

En base a lo presentado anteriormente, ¿deseas participar voluntariamente de esta investigación? *

SI

NO

Después de la sección 1 Ir a la siguiente sección

Sección 2 de 6

Ficha Socio-demográfica

Te pedimos que seas absolutamente sincera(o) con tus respuestas, ante las siguientes preguntas.

Sexo *