

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA
SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA

“ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y
PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN
ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA
UNIVERSIDAD DE LIMA”

Tesis para optar el título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autora:

Greta Alejandra Minaya Capcha

Asesor:

Mg. Nancy A. Negreiros Mora
<https://orcid.org/0000-0002-6432-1298>

Lima - Perú

2023

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	JOHNNY ERICK ENCISO RIOS	40419264
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

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

Jurado 3	GISSELLA SOCORRO FLORES MEJIA	06093118
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

INFORME DE SIMILITUD

Tesis Greta Minaya

ORIGINALITY REPORT

12%

SIMILARITY INDEX

0%

INTERNET SOURCES

12%

PUBLICATIONS

0%

STUDENT PAPERS

MATCH ALL SOURCES (ONLY SELECTED SOURCE PRINTED)

11%

★ Jacqueline del Pilar Regatto-Bonifaz, Víctor Manuel Viteri-Miranda, Rodrigo Moreta-Herrera. "Autorregulación del aprendizaje como predictor de la autoeficacia académica en universitarios del Ecuador", Ciencias Psicológicas, 2023

Publication

Exclude quotes On

Exclude matches < 2%

Exclude bibliography On

DEDICATORIA

Este trabajo le dedico a Dios, a mis padres por todo el amor que me brindan cada día, la motivación y el apoyo incondicional en cada paso que doy.

A mis hermanas, familiares y amigos por haber sido un gran soporte en mi proceso académico.

AGRADECIMIENTO

Agradezco profundamente a mis papás, por siempre brindarme su apoyo emocional y enseñarme a salir adelante ante las adversidades.

A mis amigos que con su apoyo y motivación ayudaron en la realización de mi investigación.

A mi docente asesor Nancy Negreiros Mora por la dedicación, apoyo incondicional y paciencia en el desarrollo de la investigación.

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
ABSTRACT	10
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	11
1.1. Realidad problemática	11
1.2. Formulación del problema	18
1.3. Objetivos.....	19
1.4. Hipótesis	20
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	21
CAPÍTULO III: RESULTADOS	25
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	29
REFERENCIAS	35
ANEXOS	40

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Nivel de adicción a redes sociales.....	30
Tabla 2. Nivel de procrastinación académica.....	30
Tabla 3. Prueba de normalidad de Kolmogórov-Smirnov.....	31
Tabla 4. Correlación de Spearman para las variables adicción a las redes sociales y procrastinación académica.....	32
Tabla 5. Correlación de Spearman para las variables adicción a las redes sociales y autorregulación académica.....	33
Tabla 6. Correlación de Spearman para las variables adicción a las redes sociales y postergación de actividades.....	33

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Diseño de investigación.....	2
	3

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo principal determinar la relación entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima. La población fue de 1879 estudiantes con una muestra de diseño no experimental de corte transversal y alcance correlacional. Los instrumentos utilizados fueron la escala de procrastinación académica (EPA) y la escala breve de adicción a redes sociales (ARS-6). Los resultados evidenciaron que existe relación directa y significativa entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica ($\rho = .489$). Además, la adicción a redes sociales se relaciona de manera directa y significativa con la postergación de actividades, mientras que de manera inversa y significativa con autorregulación académica. Se concluye que a mayor intensidad de la adicción las redes sociales, mayor procrastinación académica. Se recomienda realizar futuros estudios con un mayor tamaño muestral

PALABRAS CLAVES: Adicción a redes sociales, procrastinación académica, estudiantes.

ABSTRACT

The main objective of this study was to determine the relationship between addiction to social networks and academic procrastination in psychology students at a private university in Lima, Peru. The population was 1874 students through a census sample, non-experimental cross-sectional design and correlational scope. The instruments used were the academic procrastination scale (EPA) and the brief scale of addiction to social networks (ARS-6). The results showed that there is a direct and significant relationship between social network addiction and academic procrastination ($\rho = .489$). In addition, social network addiction is directly and significantly related to procrastination, while inversely and significantly related to academic self-regulation. It is concluded that the greater the intensity of social network addiction, the greater the academic procrastination. Future studies with a larger sample size are recommended.

KEY WORDS: Social network addiction, academic procrastination, students.

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

En el contexto mundial, el 50% de estudiantes en el mundo fueron afectados por el cierre de escuelas y universidades, por lo cual se requiere prevenir mayores dificultades en el ámbito educativo (UNESCO, 2021). Asimismo, dentro del ámbito latinoamericano, se interrumpieron las actividades educativas presenciales generando una adaptación forzada a la educación virtual al que no estaban del todo preparados (UNESCO, 2021).

En ese contexto, los universitarios han tenido que adaptarse a las nuevas condiciones; aunque, la pandemia ha generado problemas psicoemocionales, con mayor intensidad a aquellos que son proclives a tener problemas de salud mental (Pedró, 2020). Cabe resaltar que uno de los problemas psicoemocionales más recurrentes en universitarios es la procrastinación (Clariana et al., 2012). En China el 74% procrastinó alguna vez (Zhang et al., 2018).

Por otro lado, en el contexto peruano, (MINEDU, 2021) 174 544 universitarios abandonaron sus estudios, las mismas que vienen operando en modalidad virtual. Además, se encontró que el 14.1% presentó procrastinación en relación a la postergación de actividades (Domínguez, 2017).

En ese sentido, es importante que los universitarios puedan desarrollar la capacidad para administrar su tiempo de manera adecuada. Sin embargo, la pandemia actual ha generado según la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (UNODC, 2020) otra dificultad colateral expresada por el mayor uso de las redes sociales lo cual si

bien ayuda a mantener la comunicación también producto del uso desmedido ocasiona dependencia de las mismas (Griffiths, 2014). En ese sentido, si bien las redes sociales propician la comunicación en un mundo virtualizado, también el uso frecuente puede generar consecuencias perjudiciales tales como una inadecuada valoración de si mismos, problemas en las relaciones interpersonales, conductas depresivas (Padilla y Ortega, 2017) o mayor intensidad de neuroticismo (Andreassen et al., 2012).

A nivel local, se ha identificado que estudiantes de una universidad de Lima, no prestan atención a la clase por estar revisando los celulares, no realizan a tiempo sus actividades académicas, presentan dificultades en la presentación oportuna de sus tareas y actividades académicas repercutiendo ello en su aprendizaje y desarrollo profesional. Asimismo, se ha descubierto que el tiempo de permanencia en las redes sociales por parte de los universitarios se incrementó a causa del distanciamiento social. Por ello, la presente investigación pretende estudiar la relación entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una universidad de Lima.

En ese sentido, este estudio se justifica ya que a nivel teórico, incrementa el conocimiento científico respecto a las variables adicción a las redes sociales y procrastinación académica; además favorece a que futuros estudios puedan implementar programas o estrategias psicológicas a fin de prevenir la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en universitarios; también otorga herramientas y recursos a otros profesionales dentro del ámbito educativo universitario, así como propiciar la difusión de la información obtenida y poder generalizarla en beneficio de los universitarios y lograr con ello un gran apoyo social a los futuros profesionales

Respecto a las variables de estudio se han identificado antecedentes a nivel internacional tales como el de Ramírez-Gil et al. (2021) realizaron un estudio sobre “*Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en universitarios durante el confinamiento por COVID-19*” con el fin de relacionar adicción a redes sociales y procrastinación, en el cual participaron 250 universitarios, mediante diseño no experimental y alcance correlacional, utilizando la Social Media Addiction Scale y la Escala de Procrastinación Académica, obteniendo como resultados relación directa entre postergación con problemas de uso de redes sociales ($r = .337$).

Suárez (2019) quien realizó un estudio sobre “*La procrastinación académica y su relación con las adicciones en estudiantes universitarios*” con el fin de relacionar la procrastinación, el riesgo de adicción a internet y el consumo de tabaco, en el cual participaron 65 universitarios españoles, mediante diseño no experimental y alcance correlacional, utilizando las escalas de procrastinación académica (EPA), riesgo de adicción en adolescentes y el test de Fagestrom, obteniendo como resultados que no existe relación entre procrastinación y riesgo de adicción a redes sociales ($r = .09, p > .05$).

Lian et al. (2018) realizaron un estudio sobre “*Adicción a las redes sociales y procrastinación irracional de los estudiantes universitarios: el papel mediador de la fatiga de redes sociales y el papel moderador del control esforzado*” con el fin de relacionar la procrastinación irracional y la adicción a redes sociales, en el cual participaron 1085 universitarios chinos, mediante diseño no experimental y alcance correlacional, utilizando las escalas de procrastinación irracional y adicción a redes sociales, obteniendo como resultados que existe relación directa entre procrastinación y adicción a redes sociales ($r = .33, p < .05$).

Ramos-Galarza et al. (2017) realizaron un estudio sobre “*Procrastinación, adicción al internet y rendimiento académico de estudiantes universitarios ecuatorianos*” con el fin de relacionar la procrastinación, adicción a internet y rendimiento académico en 250 universitarios ecuatorianos, mediante diseño no experimental y alcance correlacional, utilizando el inventario de adicción a redes sociales y la escala de procrastinación académica, obteniendo como resultados que existe relación directa entre procrastinación y adicción a internet ($r = .50, p < .05$).

También, se han identificado antecedentes nacionales como el de Arteaga et al. (2022) quienes realizaron un estudio sobre “*Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en universitarios de la selva peruana*” con el fin de relacionar adicción a redes sociales y procrastinación académica, en el cual participaron 304 universitarios, mediante diseño no experimental y alcance correlacional, utilizando el cuestionario de adicción a redes sociales y la escala de procrastinación académica, obteniendo como resultados que no existe relación entre adicción a redes sociales y procrastinación académica ($p > .05$).

Espinoza e Ibáñez (2020) quienes realizaron un estudio sobre “*Procrastinación académica y adicción a las redes sociales en estudiantes de un instituto superior del distrito de Laredo*” con el fin de relacionar la procrastinación y la adicción a redes sociales, en el cual participaron 254 universitarios, mediante diseño no experimental y alcance correlacional, utilizando las escalas de procrastinación académica (EPA) y el cuestionario de adicción a redes sociales (ARS), obteniendo como resultados que existe relación inversa entre autorregulación académica y obsesión a redes sociales ($r = -.58, p < .05$), mientras que

relación directa entre postergación de actividades y obsesión a redes sociales ($r = .41, p < .05$).

Mamani y Gonzales (2019) realizaron un estudio sobre “*Adicción a redes sociales y su relación con la procrastinación académica en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Privada en Lima-Este*” con el fin de relacionar la procrastinación y la adicción a redes sociales, en el cual participaron 180 adolescentes, mediante diseño no experimental y alcance correlacional, utilizando las escalas de procrastinación académica (EPA) y adicción a redes sociales (MEYVA), obteniendo como resultados que existe relación directa entre procrastinación académica y adicción a redes sociales ($\rho = .32, p < .01$).

Cahuana (2019) realizó un estudio sobre “*Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Arequipa, 2019*” con el fin de relacionar la procrastinación y la adicción a redes sociales, en el cual participaron 113 adolescentes, mediante diseño no experimental y alcance correlacional, utilizando las escalas de procrastinación académica (EPA) y adicción a redes sociales (MEYVA), obteniendo como resultados que predominó el nivel medio de adicción a redes sociales con 43.4%; también predominó el nivel medio de procrastinación académica con 49%, hallando además que existe relación directa entre procrastinación académica y adicción a redes sociales ($\rho = .29, p < .05$).

Quiñones (2018) realizó un estudio sobre “*Procrastinación y adicción a las redes sociales en estudiantes de administración de una universidad privada de Trujillo*” con el fin de relacionar la procrastinación y la adicción a redes sociales, en el cual participaron 245 universitarios, mediante diseño no experimental y alcance correlacional, utilizando las

escalas de procrastinación académica (EPA) y el cuestionario de adicción a redes sociales (ARS), obteniendo como resultados que existe relación directa entre procrastinación académica y adicción a redes sociales ($r = .37, p < .05$).

Cholán y Valderramam (2017) realizaron un estudio sobre “*Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto, 2016*” con el fin de relacionar la procrastinación y la adicción a redes sociales, en el cual participaron 400 universitarios, mediante diseño no experimental y alcance correlacional, utilizando el inventario de adicción a redes sociales y la escala de procrastinación académica, obteniendo como resultados que predominó el nivel medio de procrastinación académica con 31.5%; además existe relación directa entre procrastinación académica y adicción a redes sociales ($r = .55, p < .05$).

Definiendo a la adicción, respecto a la revisión de la literatura se define las variables, el término adicción tiene como significado esclavizado o fuertemente logado a algo, considerando que antiguamente estaba relacionado a una fuerte dependencia y sometimiento (Smith, 2015). Mientras que, en el campo de la salud, la naturaleza de la misma es diversa puesto que existen tanto adicciones a sustancias como a la realización de conductas como las redes sociales (West y Brown, 2013).

Asimismo, considerando que existen diversas definiciones de adicción a redes sociales, en el presente estudio se utilizará la definición mencionada por Escurra y Salas (2014) quienes la definen como una conducta negativa la cual genera problemas considerables en las diferentes áreas de la vida de una persona.

Para el presente estudio se considera como marco de referencia teórico a la teoría

cognitivo conductual, la cual menciona que la adicción a internet se desarrolla teniendo como base la presencia de ideas irracionales, así como creencias desadaptativas las cuales generan un estado disfuncional en la persona; predisponiéndola a generar conductas adictivas las cuales se mantienen debido al condicionamiento cognitivo (Turel & Serenko, 2012).

Además, se toma como referencia los factores que componen la adicción a redes sociales según Griffiths (2005) quien identificó seis componentes que integran la adicción a redes sociales: Saliencia o prominencia referida a la relevancia que le otorga la persona dominando pensamientos, deseos y conductas. Modificación del humor o afectos alterados referido a la sensación de excitación, escape, placer o alivio del estrés. Tolerancia referida al incremento de la necesidad de realizar la actividad adictiva. Síndrome de abstinencia referido a la sensación desagradable al no generar la actividad adictiva. Conflictos el cual está referido a las dificultades que se presentan a nivel familiar, social, laboral producto como consecuencias de la actividad adictiva. Recaída la cual está referido a la reincidencia en cuando a la actividad adictiva luego de períodos de abstinencia.

Por otro lado, según Nizama (2016) existen ciertos elementos que caracterizan la adicción a redes sociales, los cuales son: tolerancia, dependencia y síndrome de abstinencia.

Respecto a la conceptualización del término procrastinación, antiguamente estaba referido por un lado a la tendencia a alejarse del trabajo y del esfuerzo innecesario, mientras que por otro lado se refería a la tendencia a generar aburrimiento o cansancio por el trabajo (Arévalo y Otiniano, 2011).

Para el presente estudio se considera como marco de referencia teórico a la teoría cognitivo, la cual menciona que la persona con un adecuado nivel de autoanálisis o razonamiento dirigido al logro de objetivos posibilitará en mayor medida la realización de sus actividades académicas, sin embargo, aquel individuo el cual presenta dificultades en el procesamiento de la información desarrollará un déficit de autoeficacia reforzado por elementos internos y externos (Wolters, 2003).

Si bien es cierto existen diferentes definiciones de procrastinación académica, en el presente estudio se utilizará la definición mencionada por Busko (1998) quien refiere que la procrastinación académica es una conducta evasiva y de aplazamiento orientada a generar excusas a fin de lograr no realizar determinadas actividades académicas.

Por otro lado, se consideran las dimensiones planteadas por Domínguez et al. (2014) quienes identificaron dos dimensiones las cuales pueden permitir evaluar la procrastinación académica: La primera dimensión es autorregulación académica entendida como un proceso continuo donde se alcanzan objetivos y metas a través del manejo de los pensamientos, motivaciones y comportamientos. La segunda dimensión es postergación de actividades entendido como el miedo a cometer errores y la actitud de evadir de manera continua tareas o actividades académicas

1.2. Formulación del problema

Problema general

¿Existe relación entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima?

Problemas específicos

¿Cuál es el nivel de procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima?

¿Cuál es el nivel de adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad de Lima?

¿Existe relación entre adicción a redes sociales y la dimensión de autorregulación académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima?

¿Existe relación entre adicción a redes sociales y la dimensión postergación de actividades en estudiantes de psicología de una universidad de Lima?

1.3. Objetivos

Objetivo general

Determinar la relación entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima

Objetivos específicos

Conocer el nivel de procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima

Conocer el nivel de adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad de Lima

Determinar la relación entre adicción a redes sociales y la dimensión autorregulación académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima

Determinar la relación entre adicción a redes sociales y la dimensión postergación de actividades en estudiantes de psicología de una universidad de Lima

1.4. Hipótesis

Hipótesis general

Existe correlación significativa y positiva entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima

Hipótesis específicas

Existe correlación significativa y negativa entre adicción a redes sociales y la dimensión autorregulación académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima

Existe correlación significativa y positiva entre adicción a redes sociales y la dimensión postergación de actividades en estudiantes de psicología de una universidad de Lima.

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

El enfoque del presente estudio es cuantitativo, porque realiza análisis estadísticos a fin de desarrollar objetivos y contrastar hipótesis de investigación (Hernández y Mendoza, 2018). Además, el alcance es descriptivo - correlacional, es decir, planea realizar una caracterización de las variables de investigación y conocer el grado de relación que hay entre dichas variables (Hernández y Mendoza (2018). Asimismo, presenta diseño no experimental y corte transversal, considerando que no manipulan ni se modifican las variables ya que se estudian en su contexto natural; además, el análisis y evaluación de las variables se realizan en un solo momento en el tiempo (Ñaupas et al., 2018)

La población estuvo conformada por 1879 estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima. La muestra fue determinada por la técnica de muestreo no probabilístico por conveniencia, considerando que dicho tipo de muestreo se centra en evaluar a aquellos participantes a los cuales se tiene acceso o tienen la voluntad de pertenecer al mismo (Ñaupas et al., 2018), teniendo en cuenta como criterios de inclusión: a) estudiante de psicología de ambos sexos, b) perteneciente a la modalidad regular de estudios, c) de una universidad privada de Lima Norte, d) participar de forma voluntaria. Quedando la muestra conformada por 176 estudiantes donde 89% son mujeres y el 11% varones.

La técnica utilizada es la encuesta afirmando que la encuesta corresponde a una serie de mecanismos los cuales permiten recopilar, procesar, clasificar la información referida a un objeto de estudio (Hernández & Mendoza, 2018).

Respecto a los instrumentos de recolección, tenemos los siguientes: para medir la

variable adicción a redes sociales, el cuestionario de Adicción a Redes Sociales de Escurra y Salas (2014) en su versión breve (ARS-6) de Salas-Blas et al. (2020) en una muestra de 859 estudiantes universitarios el cual contiene 6 ítems siendo unidimensional. Para la validez Salas-Blas et al. (2020) realizaron un análisis tomando en cuenta seis dimensiones de la adicción a las redes sociales (saliencia, modificación del humor, tolerancia, abstinencia, conflicto y recaída) donde se utilizaron 6 grupos de ítems elegidos por expertos aplicándole el escalamiento de Mokken, excluyéndose así 6 ítems por no cumplir la condición $H > .30$, evidenciándose un aceptable ajuste del modelo unidimensional para 6 ítems: CFI = .989, TLI = .982, RMSEA = .041, IC 90%; SRMR = .023. En cuanto a la confiabilidad, se obtuvo mediante el coeficiente omega siendo valor de $w = .916$. La autora realizó la confiabilidad en una muestra piloto de 40 estudiantes universitarios obteniendo un alfa de Cronbach igual a .89.

Para medir la variable procrastinación académica, la Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko (1998) adaptada en Perú por Domínguez (2014) y validada por Torres (2021) en una muestra de 217 estudiantes universitarios el cual contiene 12 ítems siendo bidimensional. Para la validez Torres (2021) analizó la escala por medio de la correlación ítem – test encontrando que todos los ítems presentaron cargas factoriales mayores a .70. En cuanto a la confiabilidad, se obtuvo mediante el coeficiente alfa de Cronbach igual a .83. La autora realizó la confiabilidad en una muestra piloto de 40 estudiantes universitarios obteniendo un alfa de Cronbach igual a .85

En cuanto al procesamiento de recolección de datos, considerando el contexto de crisis sanitaria por la COVID-19, la recolección de la información se realizó mediante en

envío de encuestas virtuales vía Google forms, los cuales se distribuyeron por redes sociales conocidas procurando con ello cumplir con el objetivo de la investigación, dichas respuestas son almacenadas de manera automática en el programa Excel.

El procedimiento del análisis de datos se inició con el ordenamiento adecuado de la información de una base de datos en el programa Excel donde se nominaron columnas referidas a género, edad, ciclo de estudios, ítems, dimensiones y puntaje total de cada variable generando con ello la clasificación y codificación de la información, considerando que para la variable procrastinación académica se invirtieron los puntajes de la dimensión autorregulación académica a fin de obtener el puntaje total de la variable; obteniéndose el valor final de análisis el cual fue en base a niveles. Seguidamente, este procesamiento fue trasladado al programa SPSS versión 26 donde se realizaron los análisis estadísticos. Para el análisis descriptivo de los datos se hallaron las frecuencias, porcentajes y niveles de las variables de estudio.

Dentro de los estadísticos inferenciales, se utilizó la prueba de normalidad de los datos a través de la prueba de Kolmogórov-Smirnov, encontrando una distribución no normal, presentaron un nivel de significancia menor a ,05 ($p < ,05$), lo cual indicó que para el análisis de correlación se utiliza la prueba de Spearman.

Dentro de los aspectos éticos se toma en consideración los derechos de autor de la información bibliográfica utilizada generando el adecuado uso de citas y referencias, así como el parafraseo evitando la similitud, lo cual fue expresado en el presente estudio a lo largo de todo el contenido de la misma a través del uso de las normas APA 7ma edición. También se tuvo en cuenta la confiabilidad y el respeto manteniendo un carácter reservado

y confidencial de la información obtenida en la investigación siendo ello informado a los participantes, además dichos aspectos se expresaron en el consentimiento informado en el documento virtual enviado a los participantes solicitando solo información general sin el uso de nombres o apellidos y de su aceptación a participar o no en la investigación, la misma que fue de carácter voluntario y libre. En dicho consentimiento informado se detalla el objetivo de la investigación y la posibilidad de pedir información adicional o retirarse cuando lo desee. Asimismo, se verificó la calidad de los instrumentos de recolección de datos, tomando en cuenta las características psicométricas de validez y confiabilidad, realizando la confiabilidad en una muestra piloto, ya que los instrumentos contaban con validez en el contexto peruano en fechas recientes.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

Análisis descriptivos

Tabla 1

Nivel de adicción a redes sociales

Nivel	f	%
Bajo	54	30,7
Medio	90	51,1
Alto	32	18,2
Total	176	100, 0

Nota: f = frecuencia, % = porcentaje

En la tabla 1, se observa un predominio del nivel medio de adicción a las redes sociales con un 51,1%, seguido del nivel bajo con 30,7% y finalmente el nivel alto con 18,2% respectivamente.

Tabla 2

Nivel de procrastinación académica

Nivel	f	%
Bajo	59	33,5
Medio	68	38,6
Alto	49	27,8
Total	176	100,0

Nota: f = frecuencia, % = porcentaje

En la tabla 2, se observa un predominio del nivel medio de procrastinación académica con un 38,6%, seguido del nivel bajo con 33,5% y el nivel alto con 27,8% respectivamente.

Análisis correlacional

Hipótesis general

H₀: No existe una relación significativa entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima.

H₁: Existe una relación significativa entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima.

Valor de alfa: 0.05 – 5%

Tabla 3

Correlación entre las redes sociales y la procrastinación académica

		Procrastinación académica
	rho Spearman	,489**
Redes sociales	Sig. (bilateral)	,000
	N	176

Nota. N: total de evaluados. Sig. (bilateral): p valor. Bilateral es a dos colas.

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

La Tabla 3 muestra un coeficiente de correlación de .489 siendo una correlación directa moderada, con un nivel de significancia bilateral de .000, valor inferior al $\alpha = 0.01$.

Aceptando la hipótesis de investigación, por lo cual, existe una relación significativa entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima.

Hipótesis específica 1

H₀: No existe una relación significativa entre adicción a las redes sociales y autorregulación académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima.

H₁: Existe una relación significativa entre adicción a las redes sociales y autorregulación académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima.

Valor de alfa: 0.05 – 5%

Tabla 4

Correlación entre las redes sociales y autorregulación académica

		Autorregulación académica
Redes sociales	rho Spearman	-,497**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	176

Nota. N: total de evaluados. Sig. (bilateral): p valor. Bilateral es a dos colas.

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

La Tabla 4 muestra un coeficiente de correlación de -.497 siendo una correlación inversa moderada, con un nivel de significancia bilateral de .000, valor inferior al $\alpha = 0.01$. Aceptando la hipótesis de investigación, por lo cual, existe una relación inversa

significativa entre adicción a las redes sociales y autorregulación académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima.

Hipótesis específica 2

H₀: No existe una relación significativa entre adicción a las redes sociales y postergación de actividades en estudiantes de psicología de una universidad de Lima.

H₁: Existe una relación significativa entre adicción a las redes sociales y postergación de actividades en estudiantes de psicología de una universidad de Lima.

Valor de alfa: 0.05 – 5%

Tabla 5

Correlación entre redes sociales y postergación de actividades

		Postergación de actividades
	rho Spearman	,407**
Redes sociales	Sig. (bilateral)	,000
	N	176

Nota. N: total de evaluados. Sig. (bilateral): p valor. Bilateral es a dos colas.

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

La Tabla 5 muestra un coeficiente de correlación de .407 siendo una correlación directa moderada, con un nivel de significancia bilateral de .000, valor inferior al $\alpha = 0.01$. Aceptando la hipótesis de investigación, por lo cual, existe una relación inversa significativa entre adicción a las redes sociales y postergación de actividades en estudiantes de psicología de una universidad de Lima.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

La presente investigación tuvo como objetivo principal determinar la relación entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima. Obteniendo un coeficiente de correlación de .489 siendo una correlación moderada, con un nivel de significancia bilateral de .000, valor que inferior al $\alpha = 0.01$. Aceptando la hipótesis que existe una relación significativa entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima. Hallazgos que concuerdan con los encontrados por Mamani & Gonzales (2019) quienes concluyen que existe relación directa entre procrastinación académica y adicción a redes sociales ($\rho = .32$ $p < .01$). Asimismo, Turel & Serenko (2012) mencionan que la adicción a internet se produce a causa de la predisposición a experimentar efectos positivos de la actividad adictiva, generando una desregulación en la persona misma y una conexión disfuncional entre ambos estados. De esta manera, se puede dilucidar que tanto la adicción a redes sociales como la procrastinación académica al ser estados disfuncionales los cuales están relacionados a una determinada actividad conductual, ambas generan entre sí un puente de mantenimiento de ambos estados.

Asimismo, se tuvo como primer objetivo específico conocer el nivel de procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima obteniendo como resultado un predominio del nivel medio de adicción a las redes sociales con un 51,1%, seguido del nivel bajo con 30,7% y finalmente el nivel alto con 18,2% respectivamente. Hallazgo que es similar a lo reportado por Cahuana (2019) quien también identificó que predominó el nivel medio de adicción a redes sociales con 43.4%. Esto se

sustenta tomando como referencia Wolters (2003) quien refiere que la persona con un adecuado nivel de autoanálisis o razonamiento dirigido al logro de objetivos posibilitará en mayor medida la realización de sus actividades académicas, sin embargo, aquel individuo el cual presenta dificultades en el procesamiento de la información desarrollará un déficit de autoeficacia reforzado por elementos internos y externos. Tomando en cuenta que el nivel medio predomina en cuanto a procrastinación académica se puede considerar que los participantes del estudio muestran que en determinadas ocasiones llegan a asumir sus responsabilidades académicas mientras que en otras oportunidades no las asumen, lo cual requiere que se genere una mayor capacidad de autoconocimiento a fin de contrarrestarlo.

Además, se tuvo como segundo objetivo específico conocer el nivel de adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad de Lima obteniendo como resultado un predominio del nivel medio de procrastinación académica con un 38,6%, seguido del nivel bajo con 33,5% y el nivel alto con 27,8% respectivamente. Hallazgo que es similar a lo reportado por Cholán y Valderrama (2017) quien también identificó que predominó el nivel medio de procrastinación académica con 31.5%. De acuerdo a lo encontrado, Turel y Serenko (2012) refieren que la adicción a internet se desarrolla teniendo como base la presencia de ideas irracionales, así como creencias desadaptativas las cuales generan un estado disfuncional en la persona; predisponiéndola a generar conductas adictivas las cuales se mantienen debido al condicionamiento cognitivo. Por lo identificado, se puede suponer que los participantes del estudio presentan características disfuncionales a nivel cognitivo lo cual predispone a la realización del uso de las redes sociales como un medio de atenuar el conflicto a nivel intelectual.

También, se desarrolló un tercer objetivo específico el cual fue determinar la relación entre adicción a redes sociales y la dimensión autorregulación académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima. Obteniendo un coeficiente de correlación de -0.497 siendo una correlación inversa moderada, con un nivel de significancia bilateral de $.000$, valor inferior al $\alpha = 0.01$. Aceptando la hipótesis de investigación, por lo cual, existe una relación inversa significativa entre adicción a las redes sociales y autorregulación académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima. Hallazgos que concuerdan con lo reportado por Espinoza e Ibáñez (2020) quienes también hallaron que existe relación inversa entre obsesión a redes sociales y autorregulación académica ($r = -0.58, p < .05$). Este hallazgo se sustenta tomando como referencia a Turel y Serenko (2012) quien refiere que debido a que la adicción a internet se desarrolla teniendo como base la presencia de ideas irracionales, así como creencias desadaptativas las cuales generan un estado disfuncional en la persona. Tomando en cuenta lo referido previamente, se puede considerar que por ser la adicción a redes sociales un estado en el cual la persona pierde progresivamente el control de sus impulsos, ello va generando una paulatina desregulación en cuanto a la estabilidad de la disciplina o responsabilidad académica, por ende.

Finalmente, se tuvo como cuarto objetivo específico determinar la relación entre adicción a redes sociales y la dimensión postergación de actividades en estudiantes de psicología de una universidad de Lima. Obteniendo un coeficiente de correlación de $.407$ siendo una correlación directa moderada, con un nivel de significancia bilateral de $.000$, valor inferior al $\alpha = 0.01$. Aceptando la hipótesis de investigación, por lo cual, existe una relación inversa significativa entre adicción a las redes sociales y postergación de

actividades en estudiantes de psicología de una universidad de Lima. Este resultado es similar al reportado por Espinoza e Ibáñez (2020) quienes también hallaron que existe relación directa entre obsesión a redes sociales y postergación de actividades ($r = .41$, $p < .05$). Este hallazgo se sustenta considerando que Escurra y Salas (2014) refieren que la adicción a redes sociales es definida como una conducta negativa la cual genera problemas considerables en las diferentes áreas de la vida de una persona. Considerando el resultado encontrado y de acuerdo al sustento referido, se puede identificar que una condición problema como la adicción a redes sociales va generando diversas características disfuncionales en la persona, inhabilitando las capacidades adquiridas previamente como las responsabilidades en el ámbito académico.

La presente investigación presentó limitaciones tales como utilizar una cantidad relativamente pequeña de participantes, además se orientó solo a una carrera profesional dificultando la generalización de resultados.

El presente estudio genera implicancias a nivel teórico, puesto que incrementó el conocimiento científico respecto a las variables adicción a las redes sociales y procrastinación académica; además posibilitó una mayor claridad y conocimiento sobre la relación que guardan dichos constructos aportando al estado del arte de futuras investigaciones que se enfoquen al ámbito universitario. Asimismo, a nivel práctico, favoreció al conocimiento de la relación que existe entre las variables incentivando a que futuros estudios puedan implementar programas o estrategias psicológicas a fin de prevenir la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en universitarios. Finalmente, a nivel social, otorgó herramientas y recursos a otros profesionales dentro del

ámbito educativo universitario y poder generalizarla en beneficio de los universitarios y lograr con ello un gran apoyo social a los futuros profesionales.

Conclusiones

Según el objetivo general de la presente investigación el cual fue determinar la relación entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, se concluye que existe una relación significativa entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima. Esto quiere decir que el estado en el cual la persona presenta cambios de estados de ánimo, síntomas de abstinencia, conflictos y recaídas hacia el uso de redes sociales tiene relación directa con la actitud de postergar o aplazar las actividades académicas utilizando pretextos o justificaciones.

Según el objetivo específico 1 el cual fue conocer el nivel de procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, se concluye que el nivel medio predomina en relación a la adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad de Lima. Esto quiere decir que la actitud de postergar o aplazar las actividades académicas utilizando pretextos o justificaciones se encuentra en una tendencia negativa puesto que existe dicha conducta problema.

Según el objetivo específico 2 el cual fue conocer el nivel de adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, se concluye que el nivel medio predomina en relación a la procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima. Esto quiere decir que el estado en el cual la persona presenta

cambios de estados de ánimo, síntomas de abstinencia, conflictos y recaídas hacia el uso de redes sociales se presenta en un grado considerable y que requiere de atención y/o intervención.

Según el objetivo específico 3, el cual fue determinar la relación entre adicción a redes sociales y la dimensión autorregulación académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, se concluye que existe una relación significativa entre adicción a las redes sociales y autorregulación académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima. Esto quiere decir que el estado en el cual la persona presenta cambios de estados de ánimo, síntomas de abstinencia, conflictos y recaídas hacia el uso de redes sociales tiene relación inversa con el proceso por el cual intervienen pensamientos, motivos o comportamientos a fin de lograr metas académicas planteadas.

Según el objetivo específico 4 el cual fue determinar la relación entre adicción a redes sociales y la dimensión postergación de actividades en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, se concluye que existe una relación significativa entre adicción a las redes sociales y postergación de actividades en estudiantes de psicología de una universidad de Lima. Esto quiere decir que el estado en el cual la persona presenta cambios de estados de ánimo, síntomas de abstinencia, conflictos y recaídas hacia el uso de redes sociales tiene relación con la conducta de evadir y aplazar las responsabilidades académicas a fin de evitar equivocarse.

REFERENCIAS

- Andreassen, C., et al. (2012). Development of a Facebook addiction scale. *Psychological Reports, 110*(2), 501-517. <https://doi.org/10.2466/02.09.18.PR0.110.2.501-517>
- Arteaga, H. et al. (2022). Adicción a redes sociales y procrastinación académica en universitarios de la selva peruana. *Revista Eugenio Espejo, 16*(3), 4-14. <https://doi.org/10.37135/ee.04.15.02>
- Atalaya, C., & García, L. (2019). Procrastinación. *Revista de Investigación en Psicología, 22*(2), 363-378.
<https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/download/17435/14661/>
- Cahuana, D. (2019). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Arequipa, 2019* (Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Unión).
<https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/2822>
- Cholán, A. y Valderrama, K. (2017). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto, 2016*. (Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Unión)
<http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/895>
- Clariana, M. et al. (2012). Procrastination and cheating from secondary school to university. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology, 10*(27).
<https://www.redalyc.org/pdf/2931/293123547011.pdf>

- Domínguez, S. (2017). Prevalencia de procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana y su relación con variables demográficas. *Revista de Psicología-UCSP*, 7(1), 85-95.
<https://revistas.ucsp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/49>
- Durán, C. y Moreta, C. (2017). *Procrastinación académica y autorregulación emocional en estudiantes universitarios: caso pucesa*. (Tesis de Licenciatura, Pontificia Universidad Católica de Ecuador).
<https://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/2074>
- Espinoza, L. e Ibáñez, I. (2020). *Procrastinación académica y adicción a las redes sociales en estudiantes de un instituto superior del distrito de Laredo* (Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo).
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/45713>
- García-Perdomo. (2015). Conceptos fundamentales de las revisiones sistemáticas/metaanálisis. *Revista Urología Colombiana*, 28-34.
<https://doi.org/10.1016/j.uroco.2015.03.005>
- Gavilanes, G. (2015). *Adicción a las redes sociales y su relación con la adaptación conductual en los adolescentes*. (Tesis de Licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Ecuador). <https://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/1137>
- Lian, S. et al. (2018). Social networking site addiction and undergraduate students' irrational procrastination: The mediating role of social networking site fatigue and the moderating role of effortful control. *Plos one*, 13(12). doi:
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0208162>

- Mamani, A. Gonzales, D. (2019). *Adicción a redes sociales y su relación con la procrastinación académica en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Privada en Lima-Este* (Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Unión). <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/1697>
- MINEDU (2021). *Expertos en educación superior afirman que la educación virtual llegó para quedarse*. <https://www.gob.pe/institucion/sineace/noticias/320776-expertos-en-educacion-superior-afirman-que-la-educacion-virtual-llego-para-quedarse>
- Muñoz-Olano, J. and Hurtado-Parrado, C. (2017). Efectos de la clarificación de metas sobre la impulsividad y la procrastinación académica de los estudiantes universitarios. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 49(3), 173.
<https://go.gale.com/ps/i.do?id=GALE%7CA536388638&sid=googleScholar&v=2.1&it=r&linkaccess=abs&issn=01200534&p=IFME&sw=w&userGroupName=anon%7E4c053e6d>
- Rodríguez, J. (2015). Si no es ahora ¿cuándo? *Sitúate: revista digital de situaciones de aprendizaje*, 11, 1-5. <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/handle/11162/141163>
- Padilla, C. y Ortega, J. (2017). *Adicción a las redes sociales y sintomatología depresiva en universitarios*. (Tesis de Licenciatura, Universidad católica Sede Sapientae).
<http://repositorio.ucss.edu.pe/handle/UCSS/252>
- Pedro, F. (2020). COVID-19 y educación superior en América Latina y el Caribe: efectos, impactos y recomendaciones políticas. *Análisis Carolina*, 36(1), 1-15.
<https://www.iesalc.unesco.org/wp-content/uploads/2021/01/AC-36.-2020.pdf>

- Przepiorcka, A. et al. (2016). Problematic Facebook use and procrastination. *Computers in Human Behavior*, 65, 59-64. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.08.022>
- Quant, D. y Sánchez, A. (2012). Procrastinación, procrastinación académica: concepto e implicaciones. *Revista Vanguardia Psicológica Clínica Teórica y Práctica*, 3(1), 45-59.
- Quiñones, M. (2018). *Procrastinación y adicción a las redes sociales en estudiantes de administración de una universidad privada de Trujillo*. (Tesis de Licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego, Trujillo).
<http://repositorio.upao.edu.pe/handle/upaorep/4371>
- Ramos-Galarza, C. (2017). Procrastinación, adicción al internet y rendimiento académico de estudiantes universitarios ecuatorianos. *Estudios pedagógicos*, 43(3), 275-289.
doi: <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052017000300016>
- Sánchez, A. (2010). *Procrastinación académica: un problema en la vida universitaria* (Tesis de Licenciatura, Universidad Católica de Colombia).
<https://repository.ucatolica.edu.co/handle/10983/604>
- Suárez, D. (2019). *La procrastinación académica y su relación con las adicciones en estudiantes universitarios*. (Tesis de Licenciatura, Universidad de La Laguna, Mallorca).
<https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/17609/La%20procrastinacion%20academica%20y%20su%20relacion%20con%20las%20adicciones%20en%20estudiantes%20universitarios.pdf?sequence=1>

- Torres, E. (2021). *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur* (tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú).
- <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1315/Torres%20Rojas%2c%20Evelyn%20Milagros.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- UNESCO (2021). *Interrupción y respuesta educativa*.
- <https://es.unesco.org/covid19/educationresponse>
- UNODC. (20 de Setiembre de 2020). *COVID19 y los riesgos en la internet para los niños, niñas y adolescentes*. <https://www.unodc.org/ropan/es/covid19-y-los-riesgos-en-la-internet-para-los-nios--nias-y-adolescentes.html>
- Zhang, Y. et al. (2018). Self-efficacy for self-regulation and fear of failure as mediators between self-esteem and academic procrastination among undergraduates in health professions. *Advances in health sciences education*, 23(4), 817-830.
- <https://doi.org/10.1007/s10459-018-9832-3>

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de Consistencia Interna

Planteamiento del problema	Objetivos	Hipótesis	Variables de estudio	Metodología
<p>Problema general</p> <p>¿Existe relación entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima?</p>	<p>Objetivo general</p> <p>Determinar la relación entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima</p>	<p>Hipótesis general</p> <p>Existe relación significativa y positiva entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima</p>	<p>Variable 1:</p> <p>Adicción a redes sociales:</p> <p>Unidimensional</p> <p>Variable 2: Procrastinación académica</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Autorregulación académica - Postergación de actividades 	<ul style="list-style-type: none"> • Enfoque de investigación <p>Cuantitativo</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nivel de investigación <p>Correlacional</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diseño de investigación <p>No experimental de corte transversal</p> <p>Población:</p> <p>En el presente estudio está constituida por 172 estudiantes del 10mo ciclo de la carrera de Psicología de una Universidad de Lima.</p> <p>Muestra:</p> <p>Censal</p> <p>Instrumentos de recolección de datos:</p>
<p>Problema específico 1</p> <p>¿Existe relación entre adicción a redes sociales y la dimensión autorregulación académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima?</p>	<p>Objetivo específico 1</p> <p>Determinar qué relación existe entre adicción a redes sociales y la dimensión autorregulación académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima</p>	<p>Hipótesis específica 1</p> <p>Existe relación significativa y negativa entre adicción a redes sociales y la dimensión autorregulación académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima</p>	<p>Variable 1:</p> <p>Adicción a redes sociales:</p> <p>Unidimensional</p> <p>Variable 2: Procrastinación académica</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Autorregulación académica - Postergación de actividades 	<ul style="list-style-type: none"> • Enfoque de investigación <p>Cuantitativo</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nivel de investigación <p>Correlacional</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diseño de investigación <p>No experimental de corte transversal</p> <p>Población:</p> <p>En el presente estudio está constituida por 172 estudiantes del 10mo ciclo de la carrera de Psicología de una Universidad de Lima.</p> <p>Muestra:</p> <p>Censal</p> <p>Instrumentos de recolección de datos:</p>

<p>Problema específico 2</p> <p>¿Existe relación entre adicción a redes sociales y la dimensión postergación de actividades en estudiantes de psicología de una universidad de Lima?</p>	<p>Objetivo específico 2</p> <p>Determinar qué relación existe entre adicción a redes sociales y la dimensión postergación de actividades en estudiantes de psicología de una universidad de Lima</p>	<p>Hipótesis específica 2</p> <p>Existe relación significativa y positiva entre adicción a redes sociales y la dimensión postergación de actividades en estudiantes de psicología de una universidad de Lima</p>	<p>Se utiliza la técnica de la encuesta</p> <p>Los instrumentos utilizados son:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cuestionario de adicción a redes sociales – versión breve (ARS-6) - Escala de Procrastinación Académica (EPA) •
<p>Problema específico 3</p> <p>¿Cuál es el nivel de procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima?</p>	<p>Objetivo específico 3</p> <p>Conocer el nivel de procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad de Lima</p>		
<p>Problema específico 4</p> <p>¿Cuál es nivel de adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad de Lima?</p>	<p>Objetivo específico 4</p> <p>Conocer el nivel de adicción a redes sociales en estudiantes de psicología de una universidad de Lima</p>		

Anexo 2. Matriz de Operacionalización de las Variables

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	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)	La variable procrastinación académica será medida a través de 12 ítems, con dos dimensiones.	Autorregulación académica Postergación de actividades	2, 3, 4, 5, 8, 9, 10, 11, 12 1, 6, 7	Ordinal
Adicción a las redes sociales	Es un estado en el cual la persona presenta cambios de estados de ánimo, síntomas de abstinencia, conflictos y recaídas (Griffiths et al., 2014)	La variable adicción a redes sociales será medida a través de 6 ítems, con una dimensión	Unidimensional	1, 2, 3, 4, 5, 6	Ordinal