



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN, TURISMO Y PSICOLOGÍA  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y ANSIEDAD EN  
ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA,  
CHICLAYO 2022**

**PRESENTADA POR**

**CRISTINA LISBETH HUAMANCHUMO HUAMANCHUMO**

**ZOILA VANESSA SAAVEDRA OLIVOS**

**ASESORA**

**BLANCA MARIANA ROJAS JIMENEZ**

**TESIS**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN  
PSICOLOGÍA**

**CHICLAYO – PERÚ**

**2023**



**Reconocimiento - No comercial - Sin obra derivada**  
**CC BY-NC-ND**

El autor sólo permite que se pueda descargar esta obra y compartirla con otras personas, siempre que se reconozca su autoría, pero no se puede cambiar de ninguna manera ni se puede utilizar comercialmente.

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN, TURISMO Y PSICOLOGÍA

ESCUELA DE PSICOLOGÍA

**PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y ANSIEDAD EN  
ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA, CHICLAYO**

**2022**

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN  
PSICOLOGÍA

PRESENTADA POR:

CRISTINA LISBETH HUAMANCHUMO HUAMANCHUMO

ZOILA VANESSA SAAVEDRA OLIVOS

ASESORA:

BLANCA MARIANA ROJAS JIMENEZ

[orcid.org/0000-002-0841-0800](https://orcid.org/0000-002-0841-0800)

Chiclayo, Perú

2023

## DEDICATORIA

A nuestros padres que han sido parte fundamental en nuestro desarrollo como personas y profesionales, brindándonos su apoyo incondicional en todo momento para poder lograr nuestras metas. A nuestros hermanos porque han sabido brindarnos su apoyo y motivación constante.

**Cristina H. y Vanessa S.**

## **AGRADECIMIENTO**

Primeramente, a Dios por habernos dado sabiduría y entendimiento para poder culminar satisfactoriamente esta investigación.

A nuestros asesores que nos han estado guiando durante todo este proceso y nos dieron todo su apoyo para realizar el presente trabajo y también a aquellas personas que fueron parte de la población estudiada.

**Cristina H. y Vanessa S.**

## ÍNDICE

PORTADA.....	1
DEDICATORIA.....	2
AGRADECIMIENTO.....	3
ÍNDICE .....	4
ÍNDICE DE TABLAS.....	6
RESUMEN .....	7
ABSTRACT .....	8
INTRODUCCIÓN .....	10
CAPÍTULO I. MARCO TEÓRICO .....	12
1.1. Bases teóricas.....	12
1.1.1. Procrastinación académica.....	12
1.1.2. Ansiedad.....	16
1.2. Evidencias empíricas .....	22
1.2.1. A nivel internacional.....	22
1.2.2. A nivel Nacional .....	23
1.2.3. A nivel local.....	24
1.3. Planteamiento del problema.....	24
1.3.1. Descripción de la realidad problemática .....	24
1.3.2. Formulación del problema .....	27
1.4. Objetivos de la investigación.....	27
1.4.1. Objetivo general.....	27
1.4.2. Objetivos específicos.....	27
1.5. Hipótesis .....	28
1.5.1. Formulación de hipótesis principal y derivadas .....	28
1.5.2. Variables de Estudio.....	29

1.5.3. Definición operacional de las variables.....	30
CAPÍTULO II. MÉTODO .....	31
2.1. Tipo y diseño de investigación .....	31
2.1.1. Tipo de investigación .....	31
2.1.2. Diseño de investigación.....	31
2.2. Participantes.....	32
2.2.1. Población.....	32
2.2.2. Muestra.....	32
2.3. Medición.....	33
2.4. Procedimiento .....	36
2.5. Aspectos éticos .....	36
2.6. Análisis de datos .....	37
CAPÍTULO III. RESULTADOS.....	38
CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN.....	41
CONCLUSIONES.....	45
RECOMENDACIONES .....	46
REFERENCIAS.....	47
ANEXOS .....	53

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	Correlación entre Procrastinación Académica y Ansiedad en estudiantes de Psicología de una universidad de Chiclayo, 2022. ....	38
Tabla 2	Nivel de procrastinación académica de la escuela de Psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2022.....	38
Tabla 3	Nivel de Ansiedad de la escuela de Psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2022.....	39
Tabla 4	Nivel de procrastinación según sexo en estudiantes de la escuela de Psicología en una universidad privada de Chiclayo, 2022. ....	39
Tabla 5	Nivel de Ansiedad según sexo en estudiantes de la escuela de Psicología en una universidad privada de Chiclayo, 2022.....	40



## RESUMEN

El presente estudio busca encontrar la correlación entre procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, estuvo constituida por 168 universitarios del I al X ciclo, entre las edades de 17 a 33 años, siendo 118 mujeres y 50 varones. Se utilizó como instrumentos de evaluación a la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y el Inventario de la Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE). La investigación tuvo un enfoque cuantitativo, con un alcance correlacional y su diseño fue no experimental. Se concluyó que existe una correlación alta (0.748) entre procrastinación académica y ansiedad, siendo esta significativa y directa, explicándose que los estudiantes que tienden a procrastinar son más propensos a presentar ansiedad. Así mismo, la procrastinación académica al igual que la ansiedad, se ubicaron en un nivel alto, explicándose que los estudiantes no cuentan con un adecuado hábito de estudio, lo que limita el cumplimiento de sus objetivos desestabilizando su estado emocional.

**Palabras claves:** procrastinación académica, ansiedad estado, ansiedad rasgo.

## ABSTRACT

The present study seeks to find the connection between academic procrastination and anxiety in students of a private university in Chiclayo, it consisted of 168 university students from the I to the X cycle, between the ages of 17 and 33, being 118 women and 50 men. The Academic Procrastination Scale (EPA) and the Trait-State Anxiety Inventory (IDARE) were interpreted as evaluation instruments. The research had a quantitative approach, with a correlational scope and its design was non-experimental. It was concluded that there is a high connection (0.748) between academic procrastination and anxiety, this being significant and direct, explaining that students who tend to procrastinate are more prone to anxiety. Likewise, academic procrastination, as well as anxiety, were located at a high level, explaining that students do not have an adequate study habit, which limits the fulfillment of their objectives, destabilizing their emotional state.

**Keywords:** academic procrastination, state anxiety, trait anxiety.

## NOMBRE DEL TRABAJO

Corregida\_repositorio\_TESIS - Huamanc  
humo Huamanchumo - Saavedra Olivos.  
docx

## RECUENTO DE PALABRAS

11183 Words

## RECUENTO DE CARACTERES

64277 Characters

## RECUENTO DE PÁGINAS

59 Pages

## TAMAÑO DEL ARCHIVO

388.9KB

## FECHA DE ENTREGA

May 3, 2023 6:27 PM GMT-5

## FECHA DEL INFORME

May 3, 2023 6:28 PM GMT-5

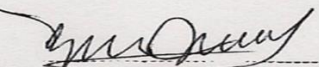
● **16% de similitud general**

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base

- 14% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 13% Base de datos de trabajos entregados
- 6% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

● **Excluir del Reporte de Similitud**

- Material bibliográfico
- Material citado
- Coincidencia baja (menos de 10 palabras)

  
Blanca M. Rojas Jiménez  
PSICOLOGA  
C.Ps.P. 2514

## INTRODUCCIÓN

Los estudiantes durante el proceso de su educación universitaria se ven enfrentados a nuevos hábitos y retos, que muchas veces no saben cómo lidiar con ellos. Actualmente existe una alta incidencia de estudiantes universitarios que incumplen con sus responsabilidades académicas, es decir no se responsabilizan de los trabajos encomendados de manera correcta y en los tiempos establecidos por los docentes. Por lo que tienden a procrastinar sin darse cuenta viéndose en aprietos cuando se encuentran frente a las fechas de entrega, desestabilizando su estado emocional, generando ansiedad manifestando cambios a nivel cognitivo como la preocupación, falta de concentración, a nivel fisiológico presentando sudoración excesiva corporal y palmar y a nivel motor temblor de extremidades y tocamientos involuntarios en cualquier parte del cuerpo.

La procrastinación al retraso de actividades que se encuentren bajo el control de cada individuo, posponiendo acciones a pesar de que es importante realizarlo, teniendo una demora intencionada en el inicio o realización hasta los últimos minutos posibles, pueden llegar a no realizarla incluso. (Domínguez y Campos, 2017).

Por otro lado, es importante mencionar que la cantidad de procrastinadores en el medio académico va creciendo de tal manera que sobrepasa el 60% de los estudiantes. Los que suelen presentar procrastinación, lo sienten más cuando se ven enfrentados ante un trabajo académico debiendo presentar informes, proyectos o planes de investigación, dejando todo para último minuto esperando la presión por parte del profesor para empezar a realizar sus actividades (Ruiz y Cuzcano, 2017).

Dicho proceso en definitiva hace que el individuo genere principalmente un estado de ansiedad, el cual es un proceso emocional, donde influye diversos factores intervinientes como la tensión, preocupación o nerviosismo, entre otros; que puede generar una alteración emocional en la persona debido a la acumulación de actividades (Spielberger, 1972).

Finalmente, la presente investigación ha sido estructurada de la siguiente forma:

Iniciando, se presentan las bases teóricas, evidencias empíricas, planteamiento del problema, objetivos de la investigación e hipótesis.

Continuando con el siguiente capítulo, se describe el tipo y diseño de la investigación, participantes, medición, procedimiento, aspectos éticos y análisis de datos.

En el capítulo III, comprende los resultados los cuales son explicados mediante tablas e interpretaciones.

Finalmente, en el capítulo IV, se discuten los resultados obtenidos, conclusiones y recomendaciones.

## **CAPÍTULO I. MARCO TEÓRICO**

### **1.1. Bases teóricas**

#### **1.1.1. Procrastinación académica**

Conforme a lo establecido por Domínguez (2017) manifiesta que la procrastinación se encuentra en las diferentes etapas por las que pasa una persona durante su vida, como en los campos académicos, laborales, políticos, bancarios, etc., de igual manera, en el campo académico, donde cada estudiante cuenta con patrones conductuales aplazando sus actividades que se les asignan, teniendo así un bajo rendimiento.

Teniendo en cuenta a Constantin et al. (2018) señala que la procrastinación, se caracteriza por ser una actitud de acuerdo a las situaciones, dado el número de tareas y actividades de manera personal y laboral, teniendo así aplazamiento del tiempo, realizando postergaciones progresivas.

La procrastinación empieza desde el desarrollo de los seres humanos, entendido como un enemigo de hace siglos, debido a que las personas que se quejaban o realizaban algún reclamo tenían este tipo de conductas; de igual manera, se asocia con el sentimiento de incomodidad por los malos hábitos adquiridos para aplazar los deberes y la necesidad del cambio de hábitos para mejorar (Hen y Goroshit, 2020).

He (2017) enfatiza en la definición de procrastinación, indicando que se encuentra relacionado con el fallo en la autorregulación de los individuos. No obstante, Malkoc y Kesen (2018) indican que es una tendencia que malgasta tiempo, y recursos de manera intencionada sobre algo que debe ser realizado.

Mientras, Moreta y Durán (2019) consideran a la procrastinación, como el comportamiento con disfuncionamiento que se caracteriza por evitar, prometer hacerlo en otra oportunidad y justificar retrasos.

## **Teorías de la procrastinación académica**

### **Teoría psicodinámica**

Es una de las teorías basadas sobre los miedos a los fracasos como resultados de la relación familiar patológica; por la cual, el fracaso de los niños viene a jugar un papel importante. Por lo tanto, los roles de los padres deben ser de proveer a los niños relaciones empáticas para minimizar los miedos y maximizar el nivel de autoestima. Por lo que, si los padres cumplen un rol asertivo, los niños contarán con una seguridad pertinente para la realización de sus actividades y tareas académicas, evitando así conductas procrastinadoras en todo el proceso de educación superior (Baker, 1979).

Del mismo modo, Ayala et al. (2020) analizó por medio de esta teoría los enlaces entre madres e hijos. Concluyendo que, los niños cuentan con patrones similares, existiendo vínculos estrechos entre la madre y el hijo, contando con un nivel muy alto de ansiedad. Siendo importante el establecimiento de lazos afectivos con toda la familia, para que los niños cumplan un desarrollo pertinente, entendiendo que la ansiedad a futuro repercute en las actitudes procrastinadoras de sus vidas.

Por último, esta teoría fue desarrollada en base a la observación comprensiva y entrevista, en la cual se trabajó con pocos casos, generando esto que no existan muchos avances a nivel científico sobre los estudios de la

procrastinación, por lo que no se obtuvo una conclusión más acertada (Charca y Taco, 2017).

### **Teoría motivacional**

El tema referente al feminismo se ha visto por medio de la historia como algo que no es compatible con las competencias intelectuales, en la actualidad, los sistemas de educación cuentan con un diseño que prepara con igualdad al hombre y mujer, para tener un éxito en sus futuras carreras; no obstante, las mujeres siguen percibiendo una barrera psicológica y social para conseguir el éxito. De manera específica, las mujeres se encuentran con un nivel de motivación elevado evitando el éxito, cuando estas esperan consecuencias negativas como los resultados subsiguientes (Horner, 1972).

De acuerdo con McCown et al. (1991, citado en Charca y Tarco, 2017) manifiestan que la teoría motivacional estipula que las motivaciones de los logros son rasgos invariables, es decir, los individuos realizan distintas conductas dirigidas para lograr el éxito en distintos escenarios que se presenten; por lo tanto, las personas tienen las capacidades de elegir 2 opciones como: esperanzas para lograr el éxito o el miedo a la derrota; refiriéndose al logro motivacional y a la motivación personal que tiene el individuo para evitar situaciones negativas.

### **Teoría conductual**

De acuerdo con Green (1982, citado en Ayala et al., 2020) en los años 70, los jóvenes de las universidades llegaron a sobrepasar las asistencias a la universidad en EE.UU., donde diferentes terapeutas se enfocaron en mejorar los desempeños del individuo que fracasó académicamente, los enfoques iniciales tenían aprobación académica o que desaprobaban en algún curso. Encontrándose



que la procrastinación predomina en los estudiantes, debido a que presentan un nivel bajo en el hábito de estudio y la falta de planificación para cumplir sus objetivos. Es importante mencionar que este enfoque confirma que toda conducta persiste por sus consecuencias; es decir, que está es permanente cuando se ve reforzada.

## **Dimensiones de la procrastinación académica**

### **Postergación de actividades**

Domínguez (2016), señala que esta dimensión logra medir el nivel de retrasar el desarrollo de las actividades académicas con el propósito de que sean reemplazadas por actividades diferentes que generen un mayor placer y un mínimo esfuerzo. Agnihotri et al. (2020), indican que la postergación de actividades hace referencia a las diferentes acciones, las mismas que son postergadas a causa del planteamiento de excusas o de justificaciones.

El postergar las tareas académicas es considerado como un hábito negativo el cual influye en el aplazamiento de los objetivos hasta el punto de no llegarlas a desarrollar, generando esto un bajo nivel de desempeño. Por lo general, estas conductas pueden ser observadas con facilidad, siendo este un criterio primordial para el componente de la procrastinación académica (Trujillo y Noé, 2020).

### **Autorregulación académica**

Esta dimensión permite calcular el grado de regulación de los pensamientos, de las motivaciones y de los comportamientos de los estudiantes. por ende, se considera que la autorregulación se destaca por ser un proceso activo y productor de respuestas el cual se encuentra alineado al cumplimiento de los objetivos para el aprendizaje (Domínguez, 2016).

Por otro lado, se destaca que en la autorregulación académica se encuentra establecida por el conjunto de acciones que están orientadas a la regulación conductual en los varios procesos y etapas de aprendizaje (García, 2013).

La autorregulación académica hace referencia al conjunto de los procesos activos y constructivos que facilitan el planteamiento de las metas académicas, monitorización, regulación y control de los pensamientos, de las motivaciones y de las acciones que se presentan como respuesta a las múltiples demandas del entorno (Batool, 2019).

Cabe señalar que las personas que presentan un nivel alto en procrastinación suelen mostrar un nivel bajo de autorregulación, por otro lado, las personas que muestran un nivel bajo de procrastinación suelen mostrar un nivel mayor de autorregulación, por lo que la misma actúa como un componente para ejercer responsabilidad en el desarrollo de las actividades, destacando así que a esta acción se le relaciona de manera inversa con la procrastinación (Domínguez, 2017).

Asimismo, se señala que la autorregulación del aprendizaje es considerada como el primer paso para que el individuo participe de forma activa en el proceso y desarrollo de su aprendizaje de forma motivacional, conductual y metacognitiva, resaltando así que existe una relación entre la voluntad y la conciencia (Kaftan y Freund, 2019).

### **1.1.2. Ansiedad**

La ansiedad, según la Asociación Psiquiátrica Americana (1975), señala que es aquel estado que tiene una persona debido a un factor de preocupación, estrés o peligro, que pueda generar una cierta incertidumbre por un periodo de tiempo.

Por otra parte, Elgendi et al. (2021) considera a la ansiedad como algo nocivo; es decir, que la situación que puede enfrentar una persona sobre un determinado problema puede causar la presencia de un conflicto interno produciendo un desequilibrio emocional.

Asimismo, según el análisis de otro enfoque se le atribuye a la ansiedad como “un estado emocional no resuelto de temor sin ninguna orientación específica”; esto se interpreta, como un acto de respuesta a un estímulo de peligro que experimenta una persona (Jardín et al., 2018).

Seguidamente, se tiene como uno de los exponentes a Lewis (citado en Lazarus, 1976) en la que describe como un estado emocional de la persona, la cual puede ser influenciada por el temor, la preocupación o cólera que son los factores influyentes. Donde se puede considerar que es una respuesta ante una situación con mayor reincidencia amenazante, que están considerándolo como una sensación anticipada. Donde, para ser considerada como alteraciones físicas, va a depender de las acciones voluntarias que realice el sujeto; sin embargo, también se puede presentar una serie de respuestas o movimientos involuntarios como es el caso de sequedad de boca, vómitos y más.

Posteriormente, se indica que, en la década de los noventa, se consideró a la ansiedad como un estado emocional, que puede presenciarse de manera sola y se encuentra asociada a diferentes episodios depresivos, de igual manera, se encuentra alineada a síntomas psicósomáticos en el caso de las personas que en algunas de las situaciones lleguen a fracasar en el proceso de su estabilización en el ambiente donde desarrollan sus actividades (Manchado y Hervías, 2021).

## **Teorías de la ansiedad**

### **Teoría psicoanalítica**

Dentro de la teoría psicoanalítica, Freud (1971) caracterizó tres teorías sobre la ansiedad, en la cual su primera teoría se basa en la relación de las diferentes circunstancias del yo y el mundo exterior, presentándose como un medio de respuesta de aviso, dicho en otras palabras alarma a la persona de un posible riesgo real que está presente en su ambiente, por ende se considera a ello como ansiedad real; la otra teoría hace referencia a la ansiedad neurótica, donde en esta situación prevalece la presencia de recursos reprimidos en las personas, lo que causa el desarrollo de neurosis, se adiciona a ello el sentimiento de peligro o de castigo que conlleva a que la persona se sienta ansioso frente a su realidad, y por último, la teoría de la ansiedad moral, la que en muchas de las situaciones es considerada como vergüenza, en esta situación el superyó genera sentimientos de amenaza a la persona, donde en gran parte de las posiciones el individuo puede llegar a perder el control sobre sus propios impulsos, presentado agresividad y cambios bruscos de humor.

### **Teoría conductual**

En esta teoría se establece, que muy aparte de que la ansiedad genere impulsos negativos, también puede actuar como un estímulo de motivación, la cual está comprometida con la habilidad y capacidad de la persona para dar respuesta hacia otros estímulos identificados. Es así como, haciendo hincapié en las teorías del aprendizaje se logra realizar una asociación concreta entre los estímulos condicionados y los estímulos incondicionados, los mismos que dan respuesta a sentimientos emocionales, de igual manera se establece que ello generará que se

logre producir un estímulo discriminativo, es decir la ansiedad conductual se encuentra alineada a una vinculación funcional gracias a un reforzador que fue obtenido en el pasado (Saplavska y Jerkunkova, 2018).

Dicho de otra manera, la teoría conductual hace referencia al aprendizaje de la conducta de ansiedad que puede comprender el individuo dentro de un ambiente por medio de procesos observacionales o de modelado, de forma análoga, se refiere a la manera de afrontar a los problemas partiendo de una conducta de conflicto y huida (Barahona, 2018).

### **Teoría cognitiva**

Los procesos cognitivos que desarrolla el ser humano han conllevado a que se desarrollen múltiples investigaciones, es así como Beck (1976) manifiesta que la teoría cognitiva acentuada en el concepto de ansiedad infiere en hacer frente al paradigma estímulo – respuesta. Manifestando que los procesos cognitivos en muchas de las situaciones se presentan en la capacidad de la persona para reconocer una señal adversaria causando que el individuo manifieste sensaciones de ansiedad.

Dicho de otra manera, se establece que la persona al tener una mejor percepción de un escenario, este logra examinarlo y calificar sus desacuerdos, en donde, si la valoración de la calificación es peligrosa, entonces el individuo iniciará a desarrollar una ansiedad de nivel moderado gracias a que los factores cognitivos conocen la realidad. Se manifiesta que el componente cognitivo puede ser percibido por medio del pensamiento, de ideas, o de imágenes que pueden conducir a la ansiedad, a un ambiente amenazante o desarrollar temor frente a una posible pérdida.

Por otro lado, la ansiedad como en pánico son sentimientos o emociones que fueron producto del procesamiento de información basado en un proceso cognitivo que se desarrolla de manera natural por un lado y de forma influenciada por otro, en el proceso de anticipación de la ansiedad (Gómez, 2020).

### **Teoría de Spielberger**

Spielberger (1972) refiere que, para conocer que es la ansiedad hay que saber diferenciar entre ansiedad estado y rasgo de personalidad, por lo que plantea la Teoría de Ansiedad estado – rasgo.

En donde ansiedad – estado, se manifiesta como un estado emocional, el cual puede ser modificable con el tiempo, haciéndose presente por la tensión, pensamientos negativos, preocupaciones y nerviosismo, así como también existen cambios fisiológicos; las personas que se encuentran en un nivel alto se manifiestan por la molestia que sienten, por lo que por sí misma encontrará la manera de poder afrontar las situaciones amenazantes.

Por otro lado, ansiedad – rasgo, no se manifiesta a través de la conducta, sino que es producida por las veces que un individuo experimenta eventos que generan cambios en su estado de ansiedad; cuando el sujeto pasa por un nivel alto de ansiedad siente gran parte de las situaciones como amenazantes.

### **Dimensiones de la ansiedad**

#### **Ansiedad Estado**

La ansiedad estado es considerada como un estado emocional transitorio, el cual se encuentra representado por el conjunto de sentimientos subjetivos que son percibidos por medio de la tensión, de la aprehensión y por generarse alguna

hiperactividad del sistema nervioso autónomo. De igual manera, se caracteriza como la emoción actúa de forma temporal pues ésta se encuentra alineada a los acontecimientos en concreto y que puedan identificarse. Se destaca que la respuesta de la ansiedad estado puede variar con el pasar del tiempo, de modo que en ciertas situaciones suele elevarse o poseer una intensidad alta, al suceder ello se le conoce como una ansiedad aguda. (Spielberger, et al., 1997).

El proceso de ansiedad suele manifestarse por medio de la presencia de un conjunto de eventos afectivos, comportamentales, cognitivos y fisiológicos que se desarrollan de forma secuencial. Destacándose de esta manera, que el proceso de ansiedad estado puede desencadenarse por el conjunto de estímulos estresantes que han sido interpretado por el cerebro como agentes peligrosos o amenazantes, de igual forma puede presentarse como un pensamiento el cual logra pronosticar una posible amenaza o las acciones que la causan en el proceso de recordar una situación que fue considerada peligrosa (Amy Ko y Chang, 2018).

Por otro lado, se logra manifestar que quienes presentan un nivel alto de ansiedad es caracterizada por la predisposición de personalidad característica de la ansiedad de rasgo, estas tienden a generar condicionamientos de forma más rápida y estable, dado que presentan un subsistema perteneciente al sistema nervioso autónomo lábil y activo (Wahyu y Sri, 2018).

### **Ansiedad Rasgo**

La ansiedad rasgo, es caracterizada como el comportamiento predeterminado que presenta una persona que logra visualizar alguna situación o circunstancia que presenta amenaza, pero no genera peligro. La ansiedad - rasgo hace referencia al conjunto de vivencias pasadas que presenta una persona,

destacando las vivencias de la infancia, que ayuda a que las personas puedan hacer frente a alguna situación que represente peligro, en la cual se pueda responder y actuar con elevados niveles de ansiedad - estado (Spielberger, 1966).

Se destaca que aquellos individuos que muestran un nivel bajo de ansiedad rasgo, suelen ser considerados como insensibles o indiferentes con las personas. Por lo general, los sujetos que presentan un alto nivel de ansiedad suelen ser mucho más vulnerables a la evaluación de los demás, dado que su actitud hace que se subestime y disponga poca confianza en sí mismo (Santa, et al., 2018).

## **1.2. Evidencias empíricas**

### **1.2.1. A nivel internacional**

Alessio y Main (2019) ejecutaron una tesis titulada “la ansiedad ante exámenes y procrastinación general y académica en estudiantes universitarios de Argentina”, fue de tipo correlacional, transversal y de campo, la cual estuvo constituida por una muestra de 171 universitarios de ambos sexos que están dentro de los 17 a 30 años, emplearon el inventario Alemán de Ansiedad ante los exámenes, Escala de Procrastinación general y la Escala Argentina de Procrastinación Académica. Concluyendo, una correlación entre ambas variables, sin embargo, la correlación es mayor en los universitarios del primer año de la carrera a diferencia de los estudiantes del último año, además encontraron una correlación más fuerte entre la ansiedad y la procrastinación académica ( $r = .411$ ;  $p < .01$ ), que la ansiedad y la procrastinación general, entendiéndose que los estudiantes al enfrentarse a nuevos retos son más propensos a sentirse abrumados por las tareas encomendadas presentando cambios emocionales a diferencia de aquellos que ya se han adaptado.



### **1.2.2. A nivel Nacional**

Mestanza (2019) plantea un estudio donde se relacionó la procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Trujillo, de diseño correlacional – transversal. Siendo evaluados 172 alumnos pertenecientes a la escuela de psicología que se ubican entre el primero y quinto ciclo académico, haciendo uso de la Escala de procrastinación académica y la Escala de Ansiedad Rasgo – Estado (IDARE). Concluyó la existencia de una relación altamente significativa ( $r=0.40$ ;  $p<0.01$ ) entre las variables de estudio, detallando que entre la procrastinación académica y la ansiedad rasgo se encontró una relación positiva de grado moderado ( $r = 0.40$ ), explicándose que los estudiantes tienen una predisposición negativa a las situaciones futuras que puedan enfrentarse en su etapa académica.

Oyanguren (2019) elaboró un estudio titulado “Procrastinación y ansiedad rasgo en estudiantes universitarios de UCV en Lima”, es una investigación de tipo correlacional, la cual estuvo conformada por 47 estudiantes de la escuela de Psicología, se utilizó la escala de Procrastinación y escala de Ansiedad Estado – Rasgo. Se concluyó que no existe relación entre las variables ( $p>0,05$ ), por otro lado, el nivel de procrastinación dentro de esta investigación se ubica en un nivel medio (63.8%) al igual que el nivel de ansiedad rasgo (48,9%), así mismo podemos inferir, que los resultados se pudieron ver afectados por la pequeña población estudiada, sin embargo el resultado de la correlación de las variables indica que los estudiantes podrían mejorar sus hábitos de estudios para que este porcentaje vaya en descenso.

Rojas (2022) elaboro un estudio sobre ansiedad estado y ansiedad “rasgo en estudiantes universitarios varones y mujeres de dos carreras de una universidad

nacional, tuvo un diseño no experimental, de tipo comparativo descriptivo, siendo evaluados 107 estudiantes: 30 varones y 77 mujeres, haciendo uso del Inventario de la Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE). Llegando a la conclusión que existe una diferencia estadísticamente significativa entre ambos sexos a favor de los hombres, por lo que las mujeres tienen un nivel mayor en ansiedad estado y ansiedad rasgo, haciendo referencia a que las mujeres al verse limitadas para el desarrollo de sus objetivos sienten mayor ansiedad.

### **1.2.3. A nivel local**

Ruiz (2021) realizó su tesis para optar el título de licenciatura, Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes universitarios de Chiclayo, fue de tipo descriptivo correlacional, de diseño no experimental transversal, siendo su muestra 151 universitarios de la escuela de psicología con una edad de 18 a 38 años, se utilizó la Escala académica de Procrastinación y el inventario de Ansiedad Rasgo – Estado. Concluyendo que existe una baja relación entre ambas variables, lo que explica que los estudiantes se responsabilizan más por sus actividades académicas de manera que no sienten presión a la hora de entrega disminuyendo alteraciones en su estado emocional.

## **1.3. Planteamiento del problema**

### **1.3.1. Descripción de la realidad problemática**

Durante la vida universitaria los estudiantes se enfrentan a nuevos hábitos y retos, que muchas veces no saben cómo lidiar con ellos. Actualmente existe una alta incidencia de estudiantes universitarios que incumplen con sus responsabilidades académicas, es decir no se responsabilizan de los trabajos encomendados de manera correcta y en los tiempos establecidos por los docentes. Por lo que tienden a procrastinar sin darse cuenta viéndose en aprietos cuando se

encuentran frente a las fechas de entrega, desestabilizando su estado emocional, generando ansiedad.

La cantidad de procrastinadores en el medio académico va creciendo en medida, sobrepasando el 60% entre cada uno de los estudiantes. Los que suelen sufrir de procrastinación, lo sienten más cuando se ven enfrentados ante un trabajo académico debiendo presentar informes, proyectos o planes de investigación, dejando todo para último minuto esperando la presión por parte del profesor para empezar a realizar sus actividades (Ruiz y Cuzcano, 2017).

Así mismo, es importante señalar que el postergar actividades relacionadas al ámbito académico, no provocan únicamente la falta de entrega de los trabajos, sino que, en distintas situaciones por llegar a lo esperado por el docente, se producen altos niveles de ansiedad.

Por lo tanto, cuando un estudiante siente que no tiene las habilidades o capacidades para realizar de manera correcta un trabajo establecido por el docente, dentro de las cuales se encuentran: exposiciones en clases, trabajos extensos y la presión por parte de los pares, se siente expuesto, lo que hace que esté presente cambios a nivel cognitivo manifestado mediante preocupación, dificultades para la concentración, autovaloraciones negativas y predisposición negativa a futuras situaciones; fisiológicamente se generan reacciones del sistema nervioso central como modificaciones en la frecuencia cardiaca, sudoración palmar excesiva, dolor de cabeza intenso y tensión muscular; por último a nivel motor se presentan conductas como tartamudez, temblor en las extremidades y tocamientos involuntarios en distintas partes del cuerpo (Vindel y Tobal, 1999, citado en Flores et al., 2016).

Siendo esta una situación subjetiva, la cual es considerada como una amenaza o riesgo para la persona que lo manifiesta, dependiendo de la intensidad del acontecimiento, este es el que pone en alerta al cerebro de la persona encargándose de dar una respuesta adecuada al mismo, muchas veces estas respuestas son automáticas, pero también existen respuestas conscientes, en esta última, la parte consciente tendría que estar apta para controlar, guiar y poner fin a las acciones en situaciones desafortunadas. La ansiedad es un fenómeno antiguo, que tiene como propósito que la persona utilice sus recursos al máximo, para poder enfrentarse o huir a estas situaciones, sacando a flote su instinto de supervivencia (Schlatter, 2003).

La ansiedad afecta directamente a la salud mental habiendo sido experimentada por muchas personas por lo menos una vez en la vida, siendo esta el desencadenante a diversas enfermedades afectando el ambiente académico, laboral y social de las personas. Por otro lado, se destaca que, el número de procrastinadores ha ido en aumento teniendo como consecuencia que los estudiantes no presenten a tiempo las tareas, exposiciones, proyectos de investigación, entre otros; trayendo como consecuencia el aumento de la ansiedad en estos (Cardona, 2015).

Lo antes mencionado tiene coherencia debido a que en distintas investigaciones se asume que las personas procrastinadoras tienden a presentar mayores características de ansiedad, es por eso, que se ha propuesto realizar la presente investigación, la cual determinará la existencia entre procrastinación académica y ansiedad.

### **1.3.2. Formulación del problema**

#### **Formulación del problema general**

¿Cuál es la relación entre procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Psicología de una universidad privada, Chiclayo 2022?

#### **Formulación de problema específicos**

¿Cuál es el nivel de procrastinación académica en estudiantes de Psicología de una universidad privada, Chiclayo 2022?

¿Cuál es el nivel de ansiedad en estudiantes de Psicología de una universidad privada, Chiclayo 2022?

¿Cuál es el nivel de procrastinación académica según sexo en estudiantes de Psicología de una universidad privada, Chiclayo 2022?

¿Cuál es el nivel de ansiedad según sexo en estudiantes de Psicología de una universidad privada, Chiclayo 2022?

### **1.4. Objetivos de la investigación**

#### **1.4.1. Objetivo general**

Determinar la relación entre procrastinación académica y ansiedad en los estudiantes de la escuela de Psicología en una universidad privada, Chiclayo-2022.

#### **1.4.2. Objetivos específicos**

- a) Identificar el nivel de procrastinación académica en estudiantes de la escuela de Psicología en una universidad privada, Chiclayo-2022.
- b) Identificar el nivel de ansiedad en estudiantes de la escuela de Psicología en una universidad privada, Chiclayo-2022.

c) Identificar el nivel de procrastinación según sexo en estudiantes de la escuela de Psicología en una universidad privada, Chiclayo-2022.

d) Identificar el nivel de ansiedad según sexo en estudiantes de la escuela de Psicología en una universidad privada, Chiclayo-2022.

## **1.5. Hipótesis**

### **1.5.1. Formulación de hipótesis principal y derivadas**

#### **Hipótesis principal**

H<sub>1</sub>: Existe relación significativa entre la procrastinación académica y la ansiedad en los estudiantes de la escuela de Psicología de la universidad privada, Chiclayo-2021.

H<sub>0</sub>: No existe relación significativa entre la procrastinación académica y la ansiedad en los estudiantes de la escuela de Psicología de la universidad privada, Chiclayo-2021.

#### **Hipótesis derivadas**

H<sub>1</sub>: Existe un nivel alto de procrastinación académica en estudiantes de la escuela de Psicología en una universidad privada, Chiclayo-2021.

H<sub>0</sub>: No existe un nivel alto de procrastinación académica en estudiantes de la escuela de Psicología en una universidad privada, Chiclayo-2021.

H<sub>1</sub>: Existe un nivel alto de ansiedad en estudiantes de la escuela de Psicología en una universidad privada, Chiclayo-2021.

H<sub>0</sub>: No existe un nivel alto de ansiedad en estudiantes de la escuela de Psicología en una universidad privada, Chiclayo-2021.

H<sub>1</sub>: Existe un nivel alto de procrastinación académica según sexo en estudiantes de la escuela de Psicología en una universidad privada, Chiclayo-2021.

H<sub>0</sub>: No existe un nivel alto de procrastinación académica según sexo en estudiantes de la escuela de Psicología en una universidad privada, Chiclayo-2021.

H<sub>1</sub>: Existe un nivel alto de ansiedad según sexo en estudiantes de la escuela de Psicología en una universidad privada, Chiclayo-2021.

H<sub>0</sub>: No existe un nivel alto de ansiedad según sexo en estudiantes de la escuela de Psicología en una universidad privada, Chiclayo-2021.

### 1.5.2. Variables de Estudio

#### Procrastinación académica

Variables	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Técnicas e instrumento
Variable 1: Procrastinación Académica	Postergación de Actividades	Dejar las actividades para último minuto	1, 2, 3	Escala de Procrastinación Académica (EPA)
		Preparación adelantada		
		Buscar ayuda para comprender		
	Autorregulación Académica	Nivel de asistencia a clase	4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12	
		Completar las actividades a tiempo		
		Postergación de trabajos		
		Postergación de lecturas		
		Mejora de hábitos de estudio		
		Inversión de tiempo para el estudio		
		Motivación académica		
Concluir los trabajos con tiempo				
Revisión de tareas antes de entregarlas				

## Ansiedad

Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Técnica e instrumento
Variable 2: Ansiedad	Ansiedad Estado	Ausencia de ansiedad	1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20	Inventario de Ansiedad Rasgo – Estado (IDARE)
		Presencia de ansiedad	3, 4, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 17, 18	
	Ansiedad Rasgo	Ausencia de ansiedad	21, 26, 27, 30, 33, 36, 39	
		Presencia de ansiedad	22, 23, 24, 25, 28, 29, 31, 32, 34, 35, 37, 38, 40	

### 1.5.3. Definición operacional de las variables

#### Procrastinación

Es retrasar actividades que se encuentren bajo el control de cada individuo, posponiendo acciones a pesar de que es importante realizarlo, teniendo una demora intencionada en el inicio o realización hasta los últimos minutos posibles, pueden llegar a no realizarla incluso (Domínguez y Campos. 2017).

#### Ansiedad

Es un proceso emocional, donde influye diversos factores intervinientes como la tensión, preocupación o nerviosismo, entre otros; que puede generar una alteración emocional en la persona debido a la acumulación de actividades (Spielberger, 1972).



## CAPÍTULO II. MÉTODO

### 2.1. Tipo y diseño de investigación

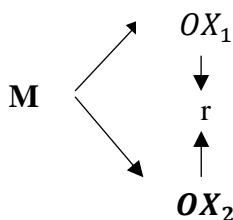
#### 2.1.1. Tipo de investigación

La investigación cuenta con un enfoque cuantitativo, por lo que dentro de la investigación se realizó una evaluación estadística a la información, la cual se obtuvo mediante los instrumentos de recolección de datos, permitiendo de esta forma dar respuesta a los objetivos de investigación y contrastar las hipótesis de estudio (Hernández et al., 2014).

De igual forma, contó con un alcance correlacional, puesto que en el desarrollo de la investigación se buscó la asociación de los conceptos o de las variables, lo que conllevó a disponer de una mayor visión a una predicción, de igual forma se indagó cuantificar la relación que pueda existir entre dos conceptos y conocer las fuerzas que logran vincularlas (Hernández et al., 2014).

#### 2.1.2. Diseño de investigación

El diseño fue no experimental, debido a que el investigador no realizó ninguna manipulación a las variables de estudio y sólo se centró en hacer una observación al comportamiento de estas dentro de su estado natural, asimismo, el estudio presentó un diseño transversal, dado que la información fue recolectada por única vez y al inicio de la investigación (Hernández et al., 2014).



**Donde:**

**M:** Muestra

$OX_1$ : Observación de la variable procrastinación académica.

$OX_2$ : Observación de la variable ansiedad.

r: relación de las variables

## **2.2. Participantes**

### **2.2.1. Población**

Para efecto de la investigación se consideró como población a los estudiantes de la Escuela de Psicología, siendo un total de 361 universitarios, de ambos sexos, que cursan del I a X ciclo, encontrándose dentro de las edades de 17 a 33 años.

### **2.2.2. Muestra**

La muestra del presente estudio lo comprenden 168 estudiantes de la Escuela de Psicología.

El muestreo considerado para el presente estudio fue probabilístico, utilizando la técnica del muestreo aleatorio estratégico, posteriormente se hizo uso del muestreo aleatorio simple, ya que la selección de los participantes para el estudio fue de manera aleatoria y equitativa, contando cada uno de ellos con una probabilidad positiva de poder ser parte de la muestra. Además, este tipo de muestreo es recomendable para el desarrollo de las investigaciones, siendo este conveniente y preciso (Parra y Vásquez, 2017).

Para el cálculo del tamaño de la muestra se estimó mediante el siguiente

algoritmo:  $n = \frac{Z^2 P Q N}{Z^2 P Q N + E^2 (N - 1)}$ ; donde:

$Z_{(0.95)}$  = valor puntual de la distribución normal (0.96).

P= proporción de estudiantes que procrastinan (0.50)

Q= proporción de estudiantes que no procrastinan (0.50)

n= población (361)

$E^2$  = error de muestra (0.05)

### **Criterios de Inclusión**

- Estudiantes de la Escuela de Psicología que procrastinan del I al X ciclo.
- Estudiantes de la Escuela de Psicología que sus edades oscilen entre 17 a 33 años.
- Estudiantes de ambos sexos de la Escuela de Psicología.

### **Criterios de Exclusión**

- Estudiantes de Psicología que por consideración de enfermedad no asistieron a clases.
- Estudiantes de psicología que presentaron dificultad en la conexión de internet.

## **2.3. Medición**

### **Ficha técnica N°1: Procrastinación Académica**

La Escala de la Procrastinación Académica (EPA) de Deborah Ann Busko (1998), tiene como fin conocer el nivel de procrastinación en estudiantes, la cual fue adaptada por Álvarez (2010), quien en conjunto con traductores y psicólogos hicieron una exhausta revisión de los ítems, concluyendo que la misma cuenta con

confiabilidad, obteniendo un coeficiente de consistencia interna alfa de Cronbach de 0.80.

Así mismo, este instrumento fue adaptado por Domínguez (2014), quien realizó su investigación con estudiantes universitarios en Perú, eliminando 4 ítems de la prueba inicial debido a que no se cumplía con el criterio de homogeneidad de este, siendo establecida por 12 ítems, en la cual se explica la estructura bifactorial, que es dividida en postergación de actividades y autorregulación académica, donde para la primera dimensión se consideraron tres ítems, mientras que para la segunda se tomaron en cuenta nueve ítems, todas las preguntas fueron analizadas por medio de una escala de cinco niveles, en las que se consideraron las alternativas de nunca, pocas veces, a veces, casi siempre y siempre, por otro lado, al momento de efectuar el puntaje a cada opción de respuesta se consideró una interpretación directa, es decir, a mayor puntaje obtenido se obtendrá un nivel alto y a menor puntaje un nivel bajo.

La aplicación de esta se desarrollará de forma individual, haciendo uso de los medios y plataformas digitales. La aplicación a los estudiantes tendrá una duración de 10 a 15 min máximo, pues se consideran preguntas prácticas y concisas para una óptima comprensión y respuesta.

La confiabilidad de la escala total es de .816 la cual se estimó mediante el alfa de Cronbach, mientras que para sus dimensiones se obtuvo un puntaje de .821 para autorregulación académica y .752 para postergación de actividades. Llegando a la conclusión que la presente escala cuenta con propiedades psicométricas aptas.

## **Ficha técnica N° 2: Ansiedad**

El Inventario de Ansiedad, Rasgo – Estado (IDARE) procede de los autores Spielberg y Díaz (1975), que con apoyo de otros psicólogos latinoamericanos hicieron la traducción del inventario a español, el cual tuvo como objetivo medir el nivel de las dimensiones de ansiedad, las cuales son estado y rasgo. El instrumento, es una prueba corta y confiable que consta de 40 ítems, donde cada dimensión es evaluada por separado distribuyendo 20 ítems para su análisis en cada una de ellas. Por otro lado, se establece que para la dimensión Ansiedad Rasgo se dispone de 7 ítems directos y 13 inversos, mientras que para la dimensión Ansiedad Estado 10 ítems directos y 10 ítems inversos, en donde las respuestas se dividen en 4 niveles. Se desarrollará de forma individual, haciendo uso de los medios y plataformas digitales. La aplicación tendrá una duración de 10 a 15 min máximo, pues se consideran preguntas prácticas y concisas para una óptima comprensión y respuesta.

La misma que fue adaptado en Perú por Domínguez et al. (2012) quienes en su investigación tienen como población a estudiantes de una universidad estatal de Lima, la confiabilidad del Inventario de Ansiedad, Estado – Rasgo, fue establecida mediante el método de consistencia interna haciendo uso del alfa de Cronbach, en el cual se obtuvo un puntaje de .908 para ansiedad estado, donde sus indicadores tienen un puntaje de .899 y .935 para ausencia y presencia según corresponde. Así mismo, en la dimensión de ansiedad rasgo obtiene una confiabilidad de .874, con relación a sus indicadores de ausencia y presencia se encuentra un alfa de Cronbach de .844 y .795.

## **2.4. Procedimiento**

Como primer punto se realizaron la solicitud de los permisos respectivos necesarios a los autores de la investigación tomados como referencia por medio de un correo electrónico.

Posteriormente se entregó a los estudiantes universitarios de la escuela de Psicología los cuestionarios (EPA-IDARE) contando previamente con su consentimiento.

Seguidamente, se procedió a base a los datos obtenidos dentro de las herramientas estadísticas SPSS STATIC versión 25, manteniendo la confidencialidad de los estudiantes universitarios.

Finalmente, la información fue analizada e interpretada de tal manera que se busque dar respuesta a los objetivos de la investigación y contrastar la hipótesis de estudio

## **2.5. Aspectos éticos**

Tal como lo manifiesta, Álvarez (2018) los aspectos éticos que deben considerarse dentro de una investigación son los siguientes:

- a) El respeto por las personas, en donde la autonomía es ejercida desde su participación en la investigación, es decir se tomará en cuenta la posición que ellos establezcan frente a las respuestas de los instrumentos que se les brindé para que den respuesta, dado que, si se rechaza la capacidad de deliberación de la persona se estará mostrando una falta de respeto hacia ellos.

- b) Beneficencia, se busca velar por el bienestar de las personas, por lo que, se brindará apoyo y posibles soluciones frente a una problemática.
- c) Justicia, es el principio de igualdad, en donde a los participantes se les mostró un trato y un ambiente igualitario, sin que se busque beneficios ventajosos para algunos grupos.
- d) Consentimiento informado, se considera la voluntad que presentaron los estudiantes de la escuela de Psicología para dar respuesta a los instrumentos que se les ofrecieron, indicando su aceptación y consentimiento para participar de forma responsable.
- e) El aspecto ético de originalidad está alineada únicamente a la creación intelectual del investigador, señalando que otra persona no puede apropiarse de su estudio, así mismo, se destaca que toda información que haya sido seleccionada de otros autores se citó previamente siguiendo las normativas referenciales de APA.

## **2.6. Análisis de datos**

Se llevó a cabo mediante el uso de la herramienta estadística del SPSS STATIC versión 25 y del Microsoft Excel, las que permitieron el análisis e interpretación de los puntajes obtenidos por medio de la aplicación de los instrumentos de recolección de datos (EPA-IDARE), de igual manera, facilitaron la presentación de la información en tablas para una mayor visualización y comprensión de los resultados.

Por otro lado, se tuvo en cuenta al objetivo general planteado dentro del estudio y a los objetivos específicos (qué consisten en analizar las relaciones entre las dos variables), y se tomó por consideración el uso de la prueba de normalidad de Kolmogorov Smirnov y el análisis correlacional por medio del Rho de Spearman.

### CAPÍTULO III. RESULTADOS

**Tabla 1**

***Correlación entre Procrastinación Académica y Ansiedad en estudiantes de Psicología de una universidad de Chiclayo, 2022.***

		<b>Ansiedad</b>
<b>Procrastinación académica</b>	Rho Spearman	<b>.748</b>
	(p – valor)	(<.001)
	$r^2$	.559

Nota:  $r^2$  = estimador del tamaño efecto. (Dominguez Lara, 2017)

De acuerdo con la Tabla 1, se aprecia una correlación alta (.748) entre la procrastinación académica y ansiedad, siendo esta significativa y directa ( $p < .05$ ). Así mismo, el tamaño de efecto entre las variables es fuerte (.559), lo cual indica una fuerte asociación entre ambas.

**Tabla 2**

***Nivel de procrastinación académica de la escuela de Psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2022.***

<b>Nivel</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
<b>Bajo</b>	5	3%
<b>Medio</b>	33	20%
<b>Alto</b>	130	<b>78%</b>
<b>Total</b>	168	100%

Nota: Elaboración propia

En la tabla 2, se puede evidenciar que, de los 168 estudiantes de la escuela de Psicología en una universidad privada, el 78% presenta un alto nivel de procrastinación, mientras que 20% un nivel medio y el 3% un nivel bajo.



**Tabla 3**

***Nivel de Ansiedad de la escuela de Psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2022.***

<b>Nivel</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
<b>Bajo</b>	17	10%
<b>Medio</b>	56	33%
<b>Alto</b>	95	<b>57%</b>
<b>Total</b>	168	100%

Nota: Elaboración propia

En la tabla 3, se puede observar que, de los 168 participantes de la escuela de Psicología en una universidad privada, el 57% presenta un nivel alto de ansiedad, el 33 % un nivel medio y el 10% un nivel bajo.

**Tabla 4**

***Nivel de procrastinación según sexo en estudiantes de la escuela de Psicología en una universidad privada de Chiclayo, 2022.***

		<b>Sexo</b>			
		<b>Femenino</b>		<b>Masculino</b>	
		<b>estudiantes</b>	<b>porcentaje</b>	<b>estudiantes</b>	<b>porcentaje</b>
<b>Niveles de procrastinación</b>	<b>Bajo</b>	3	2.5 %	2	4%
	<b>Medio</b>	29	24.6%	4	8%
	<b>Alto</b>	86	<b>72.9%</b>	44	<b>88%</b>
	<b>Total</b>	118	100%	50	100%

Nota: Elaboración propia

En la tabla 4, se puede describir que, de los estudiantes de la escuela de psicología de una universidad privada, el 88% de la población de sexo masculino presenta un alto nivel de procrastinación, mientras que la población de sexo femenino, se encuentra ubicada en un alto nivel con un 72.9%, finalmente en el nivel bajo se observa que dentro del 4% se encuentra a los hombres, a comparación de las mujeres que están en el 2.5%.

**Tabla 5**

***Nivel de Ansiedad según sexo en estudiantes de la escuela de Psicología en una universidad privada de Chiclayo, 2022.***

		<b>Sexo</b>			
		<b>Femenino</b>		<b>Masculino</b>	
		<b>estudiantes</b>	<b>porcentaje</b>	<b>estudiantes</b>	<b>porcentaje</b>
<b>Niveles de Ansiedad</b>	<b>Bajo</b>	13	11%	4	4%
	<b>Medio</b>	38	32.2%	18	36%
	<b>Alto</b>	47	<b>56.8%</b>	28	<b>56%</b>
	<b>Total</b>	118	100%	50	100%

Nota: Elaboración Propia

En la tabla 5, se puede describir que, las estudiantes del sexo femenino se encuentran en un nivel alto de ansiedad representado por un 56.8%, mientras que la población de sexo masculino se encuentra en un alto nivel con un 56%. Por último, el 11% de mujeres se encuentran en un nivel bajo, a diferencia de los varones que obtienen el 8%.

## CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN

El conocer sobre procrastinación académica y ansiedad en universitarios, se torna necesario, ya que estas variables han sido muy poco estudiadas en su conjunto.

Es así, que se planteó la hipótesis general que señala conocer la correlación entre la procrastinación y la ansiedad, esta fue aceptada, ya que en los resultados hallados se manifestó que existe una relación entre ambas variables de manera directa, lo que quiere decir que a mayor procrastinación mayor ansiedad. Estos resultados son similares al estudio realizado por Mestanza (2019) donde se encontró una relación altamente significativa, esto se debe a que los alumnos que más postergan sus actividades académicas tienden a presentar conductas de angustia. Por otro lado, en contraste con Mamani (2017) quien obtuvo como resultado que entre ambas variables existe una correlación débil, esta coincide con Ruiz (2021), el cual encuentra una relación baja entre procrastinación y ansiedad. De modo que, según Constantin et al. (2018) la procrastinación se caracteriza por ser una conducta de acuerdo a las situaciones, el número de tareas y actividades de manera personal y laboral, teniendo así aplazamiento del tiempo, realizando postergaciones progresivas; esto quiere decir que las actitudes de una persona se ven reflejadas en ellos mismos, mas no en la sociedad, cabe mencionar que la influencia de los padres durante la niñez minimiza los miedos y maximiza el nivel de confianza en sí mismos, para que de esa forma se eviten conductas procrastinadoras a lo largo de su educación superior, sin que estos tengan que permanecer en constante vigilancia del desarrollo de sus actividades (Baker, 1979), sin embargo, se encuentran estudiantes que siguen postergando sus actividades.

Por otro lado, Elgendi et al. (2021) considera a la ansiedad como algo nocivo; es decir, que la situación que puede enfrentar una persona sobre un determinado problema puede causar la presencia de un conflicto interno produciendo un desequilibrio emocional; por lo que, el estado anímico en el que se encuentra una persona va a influir en sus actividades diarias. Denotando que la relación entre ambas variables, se puede enfatizar que los estudiantes que presentan el hábito de retrasar sus actividades, pueden mostrar un estado de ánimo inadecuado dificultándole su desenvolvimiento en los diversos ámbitos de su vida.

La primera hipótesis específica, fue aceptada, ya que los resultados hallados evidencian que un 78% de la población estudiada presentó un alto nivel de procrastinación académica. Estos hallazgos difieren con los resultados de Ramos y Pedraza (2017), en donde se encontró un nivel alto de procrastinación que corresponde a un 72.7%, a diferencia de Oyanguren (2019) quien refiere en su investigación que la variable se encuentra en un nivel medio con un 63.8%. Esto se explica, de tal forma que los estudiantes no presentan compromiso académico, tendiendo a priorizar actividades sociales, dejando como última opción sus actividades académicas, siendo esto considerado como un hábito negativo que es observado con facilidad, el cual impide tener un buen desempeño (Trujillo y Noe, 2020). Por otra parte, se infirió que existen posibles factores que influyen en el desinterés académico, los mismos que pudieron ser el ambiente en donde el individuo realizaba sus actividades, de modo que no se asemeja a un aula de clases convencional; problemas familiares como fallecimiento o enfermedades de uno de sus miembros cercanos, los cuales conllevaron a descuidar sus responsabilidades académicas.

La segunda hipótesis específica fue aceptada, ya que los resultados hallados evidencian que un 57% de la población estudiada presenta un alto nivel de ansiedad, estos resultados se encuentran por encima de los obtenidos por Ramos y Pedraza (2017), en donde el nivel de ansiedad es alto en un 35,3%, los mismos que son explicados mediante la teoría de Spielberger (1972), en el cual mencionó que la persona con un alto nivel de ansiedad presenta pensamientos negativos, preocupaciones y nerviosismo, sumado a eso también se manifiestan con cambios fisiológicos, viéndose perjudicados en su ambiente académico; así mismo la teoría cognitiva lo explica de tal forma que la ansiedad es dar una respuesta a un estímulo desconocido, en donde si el individuo lo considera como amenazante, la ansiedad irá en crecimiento hacia un nivel alto, el cual desarrollará temor ante una situación que para él signifique peligrosa (Beck, 1976).

La tercera hipótesis específica fue aceptada, ya que se evidencia que el 88% de la población de sexo masculino presenta un nivel alto de procrastinación, mientras que la población de sexo femenino se encuentra en un nivel alto representado con un 72.9%, estos datos fueron considerados según el 100% por cada una de la población. Estos resultados son similares al estudio de Álvarez (2018) donde se puede evidenciar que la diferencia entre ambos sexos es del 2% en donde el 49% le pertenece a la población de sexo femenino, mientras que el 51% restante al sexo masculino, estos resultados hacen referencia a la teoría conductual, en donde refiere que mayormente la procrastinación se debe a que el individuo no tiene una planificación establecida como principalmente es crear y reforzar sus hábitos de estudio para el logro de sus objetivos académicos (Ayala et al., 2020)

La cuarta hipótesis específica fue aceptada, debido a que los resultados encontrados refieren que el 56.8% de la población de sexo femenino presenta un nivel de ansiedad alto, así mismo en relación con la población de sexo masculino quienes se ubican en un nivel alto con un 56%, estos datos fueron considerados según el 100% por cada una de la población; estos resultados tienen relación con Rojas (2022) donde indica que existe una diferencia estadísticamente significativa entre ambos sexos a favor de los hombres, por lo que se entiende que las mujeres presentan mayores niveles de ansiedad que los varones; lo que quiere decir que las personas que pertenecen al sexo femenino procrastinan sintiendo mayor ansiedad a diferencia de las personas de sexo masculino, los cuales al postergar las actividades académicas no sienten mayor ansiedad, tendiendo estos últimos a postergar sus actividades por eventos que sean sociales y de su agrado, este resultado se relaciona con la teoría motivacional, donde manifiesta que las mujeres perciben una barrera psicológica y social que le pone obstáculos para lograr sus objetivos, aun cuando en los sistemas educativos preparan con igualdad al hombre y a la mujer (Horner, 1972).

Con relación a las limitaciones que se presentaron, es importante mencionar que debido a la coyuntura en la que nos encontramos fue difícil aplicar la encuesta a los universitarios, lo que hizo que nos tomará más tiempo.

## CONCLUSIONES

- 1) Existe correlación entre procrastinación académica y ansiedad siendo significativa y directa, explicando que los estudiantes universitarios que tienden a procrastinar son más propensos a presentar ansiedad.
- 2) La procrastinación académica se encuentra en un nivel alto (78%), esto se debe a que la mayor parte de la población no cuenta con un adecuado hábito de estudio y presenta falta de planificación para el logro de sus objetivos.
- 3) Los estudiantes universitarios representan un nivel alto (57%) de ansiedad, Siendo influenciados por la postergación de sus responsabilidades académicas, viéndose enfrentados a situaciones que consideran amenazantes, generando preocupación y falta de concentración, impidiendo realizar las tareas asignadas.
- 4) La procrastinación académica predomina en el sexo masculino, debido a que estos no cuentan con una adecuada predisposición para alcanzar de la mejor forma sus metas establecidas.
- 5) La ansiedad es predominante en las mujeres, superando mínimamente a los hombres en un 0.8%, siendo condicionado por la sociedad que pone límites para que el estudiante pueda desarrollar sus habilidades y capacidades.

## RECOMENDACIONES

- 1) Realizar investigaciones relacionadas a las variables del presente estudio donde la población requerida sea tanto de universidades privadas o públicas, que permita tener más información en cuanto a las distintas escuelas profesionales y ciclo académico, de tal forma que se pueda obtener de manera detallada y precisa acorde a nuestra realidad. Realizas investigaciones en donde se incorporen otras variables no asumidas en la investigación. con el objetivo que se haga un Análisis más profundo y exhaustivo del tema de investigación
- 2) Elaborar programas de concientización dirigidos a estudiantes, con la finalidad de favorecer el rendimiento académico, lo cual les ayudará a mejorar la organización del tiempo y sus hábitos de estudios.
- 3) Promover en los estudiantes un adecuado control de emociones, con la finalidad de que logren afrontar las situaciones que se puedan presentar en los diferentes ámbitos de su vida, sin que se vea perjudicado su rendimiento académico.



## REFERENCIAS

- Agnihotri, L., Baker, R., Stalzer, S. (2020). A Procrastination Index for Online Learning Based on Assignment Start Time. *Proceedings of The 13th International Conference on Educational Data Mining*, 550-554. [https://educationaldatamining.org/files/conferences/EDM2020/papers/paper\\_10.pdf](https://educationaldatamining.org/files/conferences/EDM2020/papers/paper_10.pdf)
- Alessio, A., Main, L. (2019). *Ansiedad ante exámenes y procrastinación general y académica en estudiantes universitarios de primer y último año de la carrera*. Universidad Católica de Argentina "Santa María de los Buenos Aires". <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/10603>
- Álvarez, M. (2018). *Niveles de procrastinación en estudiantes de 4to y 5to bachillerato de un colegio privado de la ciudad de Guatemala*. Universidad Rafael Lándivar. <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2018/05/42/Alvarez-Maria.pdf>
- Álvarez, P. (2018). *Ética e investigación*. Universidad de Santiago de Cali. Facultad de Derecho - Caide. <https://revista.redipe.org/index.php/1/article/view/434>
- Americana, Asociación Psiquiátrica. (1975). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales*. Barcelona: Masson.
- Amy Ko, C., Chang, Y. (2018). Investigating the Relationships Among Resilience, Social Anxiety, and Procrastination in a Sample of College Students. *Psychological Reports*. <https://doi.org/10.1177%2F0033294118755111>
- Ayala, A., Rodríguez, R., Villanueva, W., Hernández, M., Campos, M. (2020). La procrastinación académica: teorías, elementos y modelos. *Muro de la Investigación*. <https://doi.org/10.17162/rmi.v5i2.1324>
- Baker, H. (1979). The conquering hero quits: narcissistic factors in underachievement and failure. *American Journal Psychotherapy*, 33(3), 418-427.
- Barahona, K. (2018). *Ansiedad frente a los exámenes y procrastinación académica en estudiantes adolescentes tardíos de una universidad privada de Lima*.

Universidad San Martín de Porres.  
<https://repositorio.usmp.edu.pe/handle/20.500.12727/4467>

- Batool, S. (2019). Academic achievement: Interplay of positive parenting, self-esteem, and academic procrastination. *Australian Journal of Psychology*, 174-187. <https://doi.org/10.1111/ajpy.12280>
- Beck, A. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: International University Press.
- Cardona, L.(2015). *Relaciones entre procrastinación académica y estrés académico en estudiantes universitarios*. Universidad de Antioquia, Medellín. <http://bibliotecadigital.udea.edu.co/handle/10495/16050>
- Charca, V., Taco, V. (2017). *Factores personales que influyen a la procrastinación académica en los estudiantes de la Facultad de Ciencias histórico sociales, Arequipa*. Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/6158/TSchcov.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Constantin, K., English, M., Mazmanian, D. (2018). Anxiety, Depression, and Procrastination Among Students: Rumination Plays a Larger Mediating Role than Worry. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 36, 15-17. <https://doi.org/10.1007/s10942-017-0271-5>
- Domínguez, L. (2017). Prevalencia de la procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana y su relación con variables demográficas. *Revista de Psicología*, 7(1), 81-95. <https://revistas.ucsp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/49>
- Dominguez, S., Villegas, G., Centeno, S. (2014). Procrastinación Académica: Validación de una escala es una muestra de estudiantes de una universidad privada. <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n2/a10v20n2.pdf>
- Domínguez, S. Villegas, G., Sotelo, N., Sotelo, L. (2012). Revisión Psicométrica del Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE) en una muestra de universitarios de Lima Metropolitana. *Revista de Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 1(1), 35-45. <https://es.scribd.com/doc/218953631/Revision->

Psicometrica-del-Inventario-de-Ansiedad-Estado-Rasgo-IDARE-en-una-  
muestra-de-universitarios-de-Lima-Metropolitana#

- Dominguez, S. (2016). Datos normativos de la Escala de Procrastinación Académica en estudiantes de psicología de Lima. *Evaluar*, 20-30. ISSN 1667-4545.
- Dominguez, S., Campos, Y. (2017). Influencia de la satisfacción con los estudios sobre la procrastinación académica en estudiantes de psicología: un estudio preliminar. *Liberabit*, 123-135.  
<http://dx.doi.org/https://doi.org/10.24265/liberabit.2017.v23n1.09>
- Elgendi, M., Stewart, S., Mackay, E., Deacon, H. (2021). Two aspects of psychological functioning in undergraduates with a history of reading difficulties: anxiety and self-efficacy. *Annals of Dyslexia*, 71, 84-102.  
<https://doi.org/10.1007/s11881-021-00223-3>
- Faul, F. E. (2007). *Tutorials in Quantitative Methods for Psychology: a short tutorial of GPower* (Segunda Edición ed.).  
[http://www.gpower.hhu.de/fileadmin/redaktion/Fakultaeten/Mathematisch-Naturwissenschaftliche\\_Fakultaet/Psychologie/AAP/gpower/GPowerShortTutorial.pdf](http://www.gpower.hhu.de/fileadmin/redaktion/Fakultaeten/Mathematisch-Naturwissenschaftliche_Fakultaet/Psychologie/AAP/gpower/GPowerShortTutorial.pdf).
- Flores, M., Chávez, M., Aragón, L. (2016) Situaciones que generan ansiedad en estudiantes de Odontología.  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2007078017300147>
- Freud, S. (1971). *Introducción al psicoanálisis*. Madrid: Alianza.
- Garay, C., Donati, S., Ortega, I., Freiría, S., Rosales, G., Koutsovitis, F. (2019). Modelos cognitivo-conductuales del Trastorno de Ansiedad Generalizada. *Revista de Psicología*, 15(29), 7-21.  
<https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/9564/1/modelos-cognitivo-conductuales-ansiedad.pdf>
- García, C. (2013). Breve Revisión sobre los estudios contemporáneos sobre las causas de la procrastinación académica. *Ecos desde las fronteras del conocimiento. Revista Electrónica Científica.*, 38-53. ISSN: 2007-2848.

- Gómez, E. (2020). *Relación entre procrastinación académica y ansiedad-rasgo, en estudiantes de 6to semestre de la Licenciatura de Psicología en UDELAS, sede Panamá.* Panamá: UDELAS. <http://repositorio2.udelas.ac.pa/handle/123456789/343>
- He, S. (2017). A Multivariate Investigation into Academic Procrastination of University Students. *Journal of Social Sciences*, 5(10), 13. 10.4236/jss.2017.510002
- Hen, M., Goroshit, M. (2020). The effects of decisional and academic procrastination on students' feelings toward academic procrastination. *Current Psychology*, 39, 556-563. <https://doi.org/10.1007/s12144-017-9777-3>
- Hernández, R., Fernández, C., Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación.* Mexico: McGrawHill Education. ISBN:978-1-4562-2396-0.
- Horner, M. (1972). Towards an understanding of achievement related conflicts in women. *Journal of social Issues*, 28(2), 157-175.
- Jardin, C., Mayorga, N., Bakhshaie, J., Garey, L., Viana, A., Sharp, C., . . . Zvolensky, M. (2018). Clarifying the relation of acculturative stress and anxiety/depressive symptoms: The role of anxiety sensitivity among Hispanic college students. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 24(2), 221-230. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/cdp0000175>
- Kaftan, O., Freund, A. (2019). A motivational perspective on academic procrastination: Goal focus affects how students perceive activities while procrastinating. *Motivation Science*, 5(2), 135-156. <https://doi.org/10.1037/mot0000110>
- Lazarus, R. (1976). Stress-related transactions between person and environment. In L. Pervin & M. Lewis (Eds.). *Perspective in interactional psychology*, 287-237.
- Maldonado Mendoza, C. I., Zenteno Gaytán, M. B. (2018). *Procrastinación académica y ansiedad ante exámenes en estudiantes de universidades privadas de Lima Este.* Lima. <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/1040>

- Malkoc, A., Kesen, A. (2018). Academic self-efficacy and academic procrastination: Exploring the mediating role of academic motivation in Turkish university students. *Universal Journal of Educational Research*, 6(10), 2087-2093. <https://dx.doi.org/10.13189/ujer.2018.061005>
- Manchado, M., Hervías, F. (2021). Procrastinación, ansiedad ante los exámenes y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología y Ciencias Afines*, 38(2). <https://doi.org/10.16888/interd.2021.38.2.16>
- Mestanza, E. (2019). *Procrastinación Académica y Ansiedad en estudiantes de una Universidad Privada de la Ciudad de Trujillo*. Trujillo. <http://hdl.handle.net/11537/23187>
- Moreta, R., Durán, T. (2019). Propiedades psicométricas de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) en estudiantes de psicología de Ambato, Ecuador. *Salud & Sociedad*, 29(1), 236-247. <https://doi.org/10.22199/S07187475.2018.0003.00003>
- Oyanguren, J. (2019). *Procrastinación y ansiedad rasgo en estudiantes universitarios de una universidad privada*. Lima: Publicaciones de la Universidad César Vallejo. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/16027>
- Parra, L., Vásquez M. (2017). Muestreo Probabilístico y No Probabilístico. Universidad de ITSMO. Panamá. <https://www.gestiopolis.com/wp-content/uploads/2017/02/muestreo-probabilistico-no-probabilistico-guadalupe.pdf>
- Ramos, K., Pedraza, Y. (2017). *Procrastinación Académica y Ansiedad en en estudiantes de enfermería de una Universidad Privada de Chiclayo-2017*. Chiclayo. <https://hdl.handle.net/20.500.12802/4606>
- Rojas, K. (2022) ANSIEDAD ESTADO - RASGO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS SEGÚN SEXO DE LA CIUDAD DE HUACHO, 2022. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1857/Rojas%20Pe%c3%b1a%2c%20Katty%20Stephanne.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Ruiz, C., Cuzcano, A. (4 de Diciembre de 2017). El estudiante procrastinador. *Educa UMCH*, 23-33. <https://revistas.umch.edu.pe/EducaUMCH/article/view/30/26>
- Ruiz, S. (2021). Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes universitarios en contexto de educación virtual en tiempos de pandemia, Chiclayo 2020 (Tesis de licenciatura). <https://tesis.usat.edu.pe/handle/20.500.12423/3477>
- Santa, F., García, S., Pérez, G. (2018). *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Trujillo*. Trujillo: Repositorio Institucional de la Universidad Católica Trujillo. <http://repositorio.uct.edu.pe/handle/123456789/454>
- Saplavska, J., Jerkunkova, A. (2018). Academic procrastination and anxiety among students. *Engineering rural development*, 23, 1192-1197. DOI: 10.22616/ERDev2018.17.N357
- Schlatter, J. (2003). *La ansiedad: Un enemigo sin rostro*. España: EUNSA. <https://elibro.net/es/lc/bibliotecafmh/titulos/46939>
- Spielberger, C. (1972). Anxiety as an emotional state. En C. Spielberger (ed.), *Anxiety: Current trends in theory and research. Anxiety: Current trends in theory and research*, 23-49.
- Spielberger, C., Gorsuch, R., Lushene, R. (1997). *Cuestionario de ansiedad Estado-Rasgo, STAI*. Madrid: TEA.
- Spielberger, D. (1966). *Theory and research on anxiety*. New York: Academic Press.
- Trujillo, K., Noé, M. (2020). La Escala de Procrastinación Académica (EPA): validez y confiabilidad en una muestra de estudiantes Peruanos. *Revista de Psicología y Educación*, 15(1), 98-107. ISSN: 1699-9517.
- Wahyu, D., Sri, Y. (2018). Why Do It Later? Goal Orientation, Self-efficacy, Test Anxiety, on Procrastination. *Educational, Cultural and Psychological Studies*(17). <https://doi.org/10.7358/ecps-2018-017-wahy>

## ANEXOS

### Anexo A: Prueba de Kolmogorow – Sminnor

<b>Prueba de normalidad</b>	<b>Estadístico de prueba</b>	<b>P - valor</b>
<b>Procrastinación académica</b>	.088	<.003
<b>Ansiedad</b>	.083	<.007

Ambas variables obtuvieron un p-valor inferior a .05, lo que sugiere que no hay distribución normal en las variables estudiadas.

## Anexo B: Análisis de Confiabilidad de la variable Procrastinación Académica

### Puntuación de Alfa de Cronbach

<b>→ Fiabilidad</b>			
<b>Escala: ALL VARIABLES</b>			
<b>Resumen de procesamiento de casos</b>			
		N	%
Casos	Válido	168	100,0
	Excluido <sup>a</sup>	0	,0
	Total	168	100,0
a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.			
<b>Estadísticas de fiabilidad</b>			
	Alfa de Cronbach	N de elementos	
	,747	12	

Se logra determinar que del cuestionario de Procrastinación académica que consta de 12 ítems, aplicado a una muestra de 168 estudiantes de Psicología de una Universidad de Chiclayo, se obtuvo un puntaje de Alfa de Cronbach de 0,747, lo que determina, que el instrumento denota consistencia interna, por lo que existe una intercorrelación entre los ítems. Por lo tanto, el instrumento permite medir objetivamente la variable



## Anexo C: Análisis de Confiabilidad de la variable Ansiedad

### Puntuación de Alfa de Cronbach

<b>→ Fiabilidad</b>			
<b>Escala: ALL VARIABLES</b>			
<b>Resumen de procesamiento de casos</b>			
		N	%
Casos	Válido	168	100,0
	Excluido <sup>a</sup>	0	,0
	Total	168	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

<b>Estadísticas de fiabilidad</b>	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,819	40

Se logra determinar que del cuestionario de Ansiedad que consta de 40 ítems, aplicado a una muestra de 168 estudiantes de Psicología de una Universidad de Chiclayo, se obtuvo un puntaje de Alfa de Cronbach de 0,819, lo que determina, que el instrumento denota consistencia interna, por lo que existe una intercorrelación interna entre los ítems. Por lo tanto, el instrumento permite medir objetivamente la variable.

## **Anexo D: Consentimiento Informado**

### **SALUDO**

Estimados estudiantes, reciban un cordial saludo por parte de las investigadoras Cristina Huamanchumo y Vanessa Saavedra de la Escuela de Psicología de la Universidad San Martín de Porres.

El objetivo de esta investigación es conocer su desempeño durante la elaboración de trabajos otorgados por la universidad, así mismo, el estado en el que se encuentran al momento de resolver estos mismos.

### **CONSENTIMIENTO INFORMADO**

De esta manera se solicita su participación, la cual será confidencial y utilizada solo para fines de esta investigación.

Su participación quedará en anonimato y podrá retirarse en cualquier momento sin que eso lo perjudique de alguna forma, entendiendo que no se realizará ni se recibirá ningún beneficio económico por esta participación. Así mismo, se les pide responder 2 cuestionarios, que tomará aproximadamente 20 minutos, dentro de los cuales no existe respuesta buena o mala, por lo tanto, si usted desea participar se pide responder con total sinceridad.

En caso de tener dudas sobre la resolución del cuestionario, lo puede realizar a través de los siguientes correos electrónicos: [cristina\\_huamanchumo@usmp.pe](mailto:cristina_huamanchumo@usmp.pe) y [zvanesaav1@gmail.com](mailto:zvanesaav1@gmail.com).

Desde ya, agradecemos su participación.

## Anexo E: Instrumento EPA

**Introducción:** A continuación, encontrarás una serie de preguntas que hacen referencia a tu modo de estudiar. Lee cada frase y contesta según tus últimos 12 meses de tu vida como estudiante marcando con una X de acuerdo con la siguiente escala de valoración:

N= Nunca      PV= Pocas Veces      AV= A veces      CS= Casi siempre      S = Siempre

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

## Anexo F: Instrumento IDARE

**Introducción:** Algunas expresiones que las personas usan para describirse aparecen en la siguiente tabla. Lea la frase y llena en cada cuadrícula según cómo se siente usted ahora mismo o cómo se siente en este momento. no existen respuestas buenas ni malas. no emplee mucho tiempo en cada frase, pero se le pide qué de la respuesta que mejor deseen a sus sentimientos de ahora.

### Ansiedad Rasgo

ÍTEMS AFIRMACIÓN	NO EN LO ABSOLUTO	UN POCO	BASTANTE	MUCHO
1. Me siento calmado (a)				
2. Me siento seguro (a)				
3. Estoy tenso (a)				
4. Estoy contrariado (a)				
5. Me siento a gusto				
6. Me siento alterado (a)				
7. Estoy preocupado (a) actualmente por algún posible contratiempo				
8. Me siento descansado (a)				
9. Me siento ansioso (a)				
10. Me siento cómodo (a)				
11. Me siento con confianza en mí mismo (a)				
12. Me siento nervioso (a)				
13. Estoy agitado (a)				
14. Me siento "a punto de explotar"				
15. Me siento relajado (a)				
16. Me siento satisfecho (a)				
17. Estoy preocupado (a)				
18. Me siento preocupado y aturdido (a)				
19. Me siento alegre				
20. Me siento bien				

**Introducción:** Algunas expresiones que las personas usan para describirse aparecen en la siguiente tabla. Lea la frase y llena en cada cuadrícula según cómo se siente usted ahora mismo o cómo se siente en este momento. no existen respuestas buenas ni malas. no emplee mucho tiempo en cada frase, pero se le pide qué de la respuesta que mejor deseen a sus sentimientos de ahora.

Ansiedad Estado

ÍTEMS - AFIRMACIÓN	CASI NUNCA	ALGUNAS VECES	FRECUENTE MENTE	CASI SIEMPRE
21. Me siento mal				
22. Me canso rápidamente				
23. Siento ganas de llorar				
24. Quisiera ser tan feliz como otras personas parecen ser				
25. Pierdo oportunidades por no poder decidirme				
26. Me siento descansado (a)				
27. Soy una persona "tranquila, Serena y sosegada"				
28. Siento que las dificultades se amontonan al punto de no poder superarlas				
29. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia				
30. Soy feliz				
31. Tomo las cosas muy a pecho				
32. Me falta confianza en mí mismo (a)				
33. Me siento seguro				
34. Trato de sacarle el cuerpo a las crisis y dificultades				
35. Me siento melancólico (a)				
36. Me siento satisfecho(a)				
37. Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente				
38. Me afectan tanto los desengaños				
39. Soy una persona estable				
40. Cuando pienso en los asuntos que tengo entre manos me tenso y me altero				