



Autónoma
Universidad Autónoma del Perú

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

TESIS

HÁBITOS DE ESTUDIO Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES
DE SECUNDARIA DE LIMA SUR, 2021

**PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

AUTORA

NANCY ROCÍO SAUCEDO GUTIÉRREZ (ORCID: 0000-0001-7024-763X)

ASESORA

MAG. GUISELVA VANESSA MENDOZA CHÁVEZ (ORCID: 0000-0001-5883-9712)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN DE PROGRAMA

PROBLEMAS RELACIONADOS AL ÁMBITO EDUCATIVO

LINEA DE ACCIÓN RSU

SALUD Y BIENESTAR

LIMA, PERÚ, MARZO DE 2024



CC BY-NC-ND

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

Esta licencia es la más restrictiva de las seis licencias principales, sólo permite que otros puedan descargar las obras y compartirlas con otras personas, siempre que se reconozca su autoría, pero no se pueden cambiar de ninguna manera ni se pueden utilizar comercialmente.

Referencia bibliográfica

Saucedo Gutiérrez, N. R. (2024). *Hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de Lima Sur, 2021* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú.

HOJA DE METADATOS

Datos del autor	
Nombres y apellidos	Nancy Rocío Saucedo Gutiérrez
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	45312683
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0001-7024-763X
Datos del asesor	
Nombres y apellidos	Guissela Vanessa Mendoza Chávez
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	42731773
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0001-5883-9712
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	Silvana Graciela Varela Guevara
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	47283514
Secretario del jurado	
Nombres y apellidos	Javier Jesus Vivar Bravo
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	74697504
Vocal del jurado	
Nombres y apellidos	Max Hamilton Chauca Calvo
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	08035455
Datos de la investigación	
Título de la investigación	Hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de Lima Sur, 2021
Línea de investigación Institucional	Persona, Sociedad, Empresa y Estado.
Línea de investigación del Programa	Problemas relacionados al ámbito educativo.
URL de disciplinas OCDE	https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.02.04

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA
ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En la ciudad de Lima, el jurado de sustentación de tesis conformado por: la DRA. SILVANA GRACIELA VARELA GUEVARA como presidenta, el MG. JAVIER JESUS VIVAR BRAVO como secretario y el MG. MAX HAMILTON CHAUCA CALVO como vocal, reunidos en acto público para dictaminar la tesis titulada:

**HÁBITOS DE ESTUDIO Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES
DE SECUNDARIA DE LIMA SUR, 2021**

Presentado por la bachiller:
NANCY ROCÍO SAUCEDO GUTIÉRREZ

Para obtener el **Título Profesional Licenciada en Psicología**; luego de escuchar la sustentación de la misma y resueltas las preguntas del jurado se procedió a la calificación individual, obteniendo el dictamen de **Aprobado** con una calificación de **TRECE (13)**.

En fe de lo cual firman los miembros del jurado, el 26 de marzo del 2024.



PRESIDENTA
DRA. SILVANA GRACIELA
VARELA GUEVARA



SECRETARIO
MG. JAVIER JESUS VIVAR
BRAVO



VOCAL
MG. MAX HAMILTON
CHAUCA CALVO

ACTA DE APROBACIÓN DE ORIGINALIDAD

Yo Guissela Vanessa Mendoza Chávez docente de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Autónoma del Perú, en mi condición de asesora de la tesis titulada:

Hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de Lima Sur, 2021

De la bachiller Nancy Rocío Saucedo Gutiérrez, constato que la tesis tiene un índice de similitud de 20% verificable en el reporte de similitud del software Turnitin que se adjunta.

La suscrita analizó dicho reporte y concluyó que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad Autónoma del Perú.

Lima, 12 de agosto de 2024



Guissela Vanessa Mendoza Chávez

DNI: 42731773

DEDICATORIA

A mi madre Paulina Gutiérrez, quien, sin su apoyo moral, no hubiese podido lograrlo. A mis hijos Jean, Jhadiel y Rashel, por ser mi mayor motivación, fortaleza y por quienes deseo superarme más en este largo camino.

AGRADECIMIENTOS

A Dios, por permitirme dar claridad y guiarme en el camino. A los profesores de la Universidad Autónoma del Perú, a cada uno de ellos que nos compartieron sus conocimientos, especialmente en la asignatura de Desarrollo de Tesis. A mi asesora de Investigación, la Mg. Guissela Mendoza Chávez, quien me ha ayudado a lograr culminar mi trabajo, compartiendo sus conocimientos. Por último, a mis compañeros y futuros colegas de la universidad.

ÍNDICE

DEDICATORIA.....	3
AGRADECIMIENTOS.....	4
LISTA DE TABLAS.....	6
RESUMEN.....	7
ABSTRACT.....	8
RESUMO.....	9
I. INTRODUCCIÓN.....	10
II. METODOLOGÍA.....	16
2.1 Tipo y diseño.....	17
2.2 Población, muestra y muestreo.....	17
2.3 Variables y operacionalización	17
2.4 Hipótesis.....	18
2.5 Instrumentos o materiales	18
2.6 Procedimientos	19
2.7 Análisis de datos	19
2.8 Aspectos éticos	19
III. RESULTADOS.....	20
IV. DISCUSIÓN.....	25
V. CONCLUSIONES.....	30
VI. RECOMENDACIONES.....	32
REFERENCIAS	
ANEXOS	

LISTA DE TABLAS

Tabla 1	Categorías de hábitos de estudio
Tabla 2	Niveles de procrastinación académica
Tabla 3	Análisis de la correlación entre hábitos de estudio y procrastinación académica
Tabla 4	Análisis de la relación entre la dimensión formas de estudiar y procrastinación académica
Tabla 5	Análisis de la relación entre la dimensión realización de tareas y procrastinación académica
Tabla 6	Análisis de la relación entre la dimensión preparación de exámenes y procrastinación académica
Tabla 7	Análisis de la relación entre la dimensión forma de escuchar la clase y procrastinación académica
Tabla 8	Análisis de la relación entre la dimensión acompañamiento en el estudio de la variable clase y procrastinación académica

HÁBITOS DE ESTUDIO Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LIMA SUR, 2021

NANCY ROCÍO SAUCEDO GUTIÉRREZ
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMEN

La finalidad del presente trabajo de investigación fue establecer la relación que existe entre hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de secundaria de Lima Sur, 2021, a través de una investigación correlacional, de corte transversal y diseño no experimental, en una muestra de 341 estudiantes, de ambos sexos, con edades entre los 11 y 18 años, que cursaban del 1° al 5° año de secundaria en el año escolar 2021, en dos colegios: Colegio N° 7234 Las Palmeras de Villa, de Villa El Salvador y el Colegio N° 7081 José María Arguedas del distrito de San Juan de Miraflores. Se utilizó el muestreo no probabilístico intencional. Se aplicaron el Inventario de Hábitos de Estudio CASM-85- Vicuña (2014), adaptado por Rebaza (2016) y la Escala de Procrastinación Académica (EPA)-Busko, adaptada por Álvarez (2010). Los resultados mostraron una correlación muy significativa, inversa y de grado muy bajo ($\rho = -.186$; $p = .001$) entre hábitos de estudio con la procrastinación académica. Se comprobó que, aproximadamente algo más de la mitad (51.3%) de los estudiantes, están utilizando hábitos de estudio inadecuados o con tendencia negativa, mientras que la mayoría (38.7%) presentan conductas procrastinadoras de nivel promedio. Se concluyó que los estudiantes que presentan hábitos de estudio con tendencia negativa tienen mayor tendencia a procrastinar en relación con las actividades relacionadas al estudio.

Palabras clave: hábitos de estudio, procrastinación académica, estudiantes

**STUDY HABITS AND ACADEMIC PROCRASTINATION IN HIGH SCHOOL
STUDENTS FROM LIMA SUR, 2021**

**NANCY ROCÍO SAUCEDO GUTIÉRREZ
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ**

ABSTRACT

The objective of this research was to establish the existing relationship between study habits and academic procrastination in high school students from Lima Sur, 2021. The throuht correlational, cross-sectional, investigation and non-experimental design, in a sample of 341 students of both sexes, between 11 and 18 years old, who were studying from the first to fifth year of high school in two schools: School No. 7234 Las Palmeras de Villa, the district of Villa El Salvador and the School No. 7081 José María Arguedas of the district of San Juan de Miraflores. The sampling was intentional non-probabilistic. The CASM-85- Vicuña Study Habits Inventory (2014), adapted by Rebaza (2016) and the Academic Procrastination Scale (APS) - Busko, adapted by Álvarez (2010). were used as instruments for the research The results showed a very significant, inverse and very low-grade correlation ($\rho = -.186$; $p = .001$) between study habits and academic procrastination. It was evidenced that approximately a little more than half (51.3%) of the students are using inappropriate study habits or with a negative tendency, while the majority (38.7%) present procrastinating behaviors of an average level. It was concluded that students who present study habits with a negative tendency have a greater tendency to procrastinate in relation to academic activities.

Keywords : study habits, academic procrastination, students

HÁBITOS DE ESTUDO E PROCRASTINAÇÃO ACADÊMICA EM ALUNOS DO ENSINO MÉDIO DE LIMA SUR, 2021

NANCY ROCÍO SAUCEDO GUTIÉRREZ
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMO

O objetivo deste trabalho de investigação foi estabelecer a relação existente entre hábitos de estudo e procrastinação acadêmica em alunos do ensino médio de Lima Sur, 2021. O tipo de pesquisa foi correlacional, transversal, de delineamento não experimental. A amostra foi constituída por 341 alunos, de ambos os sexos, cujas idades variam entre os 11 e 18 anos, matriculados no ano letivo de 2021, que frequentam o primeiro ao quinto ano do ensino médio da Escola nº 7234 Las Palmeras de Villa, pertencente ao distrito de Villa El Salvador e a Escola nº 7081 José María Arguedas do distrito de San Juan de Miraflores. A amostragem foi não probabilística intencional. O CASM-85- Vicuña Inventario de Hábitos de Estudio (2014), adaptado por Rebaza (2016) e a Escala de Procrastinação Acadêmica (EPA) - Busko, adaptado por Álvarez (2010) foram utilizados como instrumentos para a pesquisa. Os resultados mostraram uma correlação de grau muito significativa, inversa e muito baixa ($\rho = -.186$; $p = .001$) entre hábitos de estudo e procrastinação acadêmica. Os resultados mostraram que cerca de pouco mais da metade (51,3%) dos alunos utiliza hábitos de estudo inadequados ou com tendência negativa, enquanto a maioria (38,7%) apresenta comportamentos procrastinadores de nível médio. Concluiu-se que os alunos que apresentam hábitos de estudo com tendência negativa apresentam maior tendência a procrastinar em relação às atividades acadêmicas.

Palavras-chave: hábitos de estudo, procrastinação acadêmica, alunos

I. INTRODUCCIÓN

A nivel mundial, la Organización de Estados Iberoamericanos ([OEI/CAEU], 2018) en los numerosos estudios estadísticos que realizan menciona que los estudiantes cuando ingresan al nivel superior de educación, suelen desorientarse en su proceso académico, debido a la excesiva información que reciben y al poco tiempo del que disponen para realizar sus labores académicas en la universidad, por lo tanto es imprescindible que puedan adquirir estrategias y técnicas de estudio, desde la educación secundaria, observándose que la falta de este conjunto de herramientas dificultan un adecuado logro de los aprendizajes.

En América Latina, El Observatorio de Innovación Educativa (2019), emitió los resultados PISA, 2018 refieren que participaron 600.000 estudiantes de 79 países, destaca Chile quien obtuvo mejores resultados en Latinoamérica quedando en el cuadragésimo tercer puesto a nivel global, luego sigue Uruguay y Costa Rica. Por otro lado, Perú no es la excepción, pues según el Informe sobre Desarrollo Mundial 2018, que emite el Banco Mundial [WDR,2018], se observa que un indicador podría considerarse los resultados de las pruebas PISA y aunque ha habido mejoras desde la evaluación del 2009 a la última aplicada en el año 2018, estamos ubicados en el lugar 64 de 77 países en los que se aplica.

A su vez, el Ministerio de Educación (MINEDU, 2018) en los hallazgos de la última Evaluación Censal de Estudiantes (ECE), indicaron resultados nada alentadores en cuanto a rendimiento escolar. Este estudio abarcó las asignaturas de Matemática y Comprensión Lectora, la misma que se aplicó a un millón quinientos mil doscientos veintisiete estudiantes de 2do y 4to grado del nivel primaria y en segundo año del nivel secundario, a quienes también se les evaluó en estas materias:

Geografía, Economía e Historia, resultando que en el contenido de Matemática del segundo grado a nivel primario ha habido avances.

Al respecto, Pickles (2017) presentó en la Cadena de Noticias BBC News-Mundo, un artículo donde expone que la procrastinación hace al estudiante su peor enemigo, al generarse retrasos innecesario y voluntarios de nuestras tareas. En el contexto latinoamericano, Torres (2018) realizó un experimento con jóvenes que fueron sometidos a realizar determinadas tareas en un computador, con estímulos distractores en el ambiente, luego del cual encontraron que los alumnos que procrastinan lo hicieron a lo largo del experimento en todas las fases; mientras que los otros jamás procrastinaron. El Perú no queda exento de este problema, tal como se aprecia en un artículo escrito por Sánchez (2017) en el Portal Peruano Info Capital Humano, donde el autor expone que la “procrastinitis” es el mal de quienes dejan todo para después, llegan tarde, les cuesta decidirse y normalmente tardan o no logran lo que se proponen.

Con relación a los estudios previos en el contexto internacional, Gutiérrez-García et al. (2020); Hereira (2019); Sigchos (2018) encontraron una correlación significativa ($p < .05$) entre las variables principales de la investigación. Asimismo, Cevallos (2019) hallaron que la edad y el grado escolar determinan la PA. Chen y Han (2107) concluyó que el compromiso con el aprendizaje funciona como un elemento puente entre los activos ecológicos y la PA. En relación con los antecedentes nacionales, Mamani y Gonzáles (2019); Abado y Cáceres (2018) obtuvieron una relación altamente significativa en las variables de investigación ($p < .01$). Asimismo, Benites (2018) encontró relación significativa ($p < .05$). Por otro lado, Jesús y Paredes (2019) hallaron que el 67% de los participantes presentaban nivel alto de procrastinación. Por último, Salas (2017) respecto a los HE, el 35% tuvo una

inclinación negativa, el 19% inclinación positiva, el 12% se ubicó en el nivel muy negativo y un 10%, en un nivel positivo.

Es necesario contextualizar conceptos relacionados con la temática de estudio de las variables, para lo cual se exponen conceptos y teorías al respecto: En relación con la variable Hábitos de estudio, Vicuña (2005) los conceptúa como un patrón de conductas aprendidas que la persona desarrolla en su etapa estudiantil, involucra la manera en que distribuye su tiempo y organiza su espacio. Por otro lado, Zárate (2018) determinó a los HE como un grupo de técnicas y acciones que deben emplear los estudiantes, quienes muchas veces lo hacen automáticamente como resultado de las constantes repeticiones. Del mismo modo, Picasso et al. (2015) sostienen que los hábitos de estudio se entienden como el agrupamiento de actividades y acciones intelectuales que se desarrollan durante la vida académica de las personas.

Teniendo en cuenta las dimensiones de la variable HE, Vicuña (2005) concluye que los HE son modelos de conductas aprendidas que el estudiante ejecuta en su vida académica, donde organiza su espacio y su tiempo para la ejecución de métodos y técnicas de estudio, con el objetivo que sean efectuados en la realización de trabajos y tareas, por ende, obtener un buen desempeño. Este autor plantea cinco dimensiones que en su inventario se representan en forma de preguntas: a) *Forma de estudiar*, define cómo el estudiante se prepara ante el estudio focalizándose en las técnicas que utiliza que comprende las acciones como: subrayar partes importantes o no comprendidas de un texto, elaborarse preguntas, repasar, relacionar los temas de estudio; b) *Realización de tareas*, se refiere al comportamiento del estudiante ante las tareas que se le demandan, es decir a las estrategias que el estudiante emplea para poder realizar las actividades académicas; c) *Preparación de exámenes*, se refiere a la forma en la que el estudiante se encuentra preparado al presentarse a

rendir un examen, si toma precauciones y acciones frente a un examen; d) *Forma de escuchar la clase*, se alude a la manera cómo el estudiante se desarrolla durante el horario de clases; e) *Acompañamiento en el estudio*, refiriéndose a las acciones que acompañan las horas que dedica a estudiar y qué elementos se encuentran presentes durante este momento como: si escucha música o ve televisión, estudia tranquilo y con silencio, acepta interrupciones de familiares o visitas.

En relación con la segunda variable, la procrastinación académica, es una situación multivariable donde se ven implicados factores afectivos, cognitivos y conductuales (Vargas, 2017). También Alegre (2014) afirma que el patrón conductual de procrastinar es la carencia de la autorregulación de la habilidad, pese a que la persona tiene conciencia de las diferentes consecuencias negativas que se pueden presentar. Además, para Álvarez (2010) afirma que es todo lo observable en el lugar donde el estudiante muestra los diferentes patrones conductuales, debido a que el alumno no realiza las actividades académicas, poniendo excusas en todo momento y culpando a terceros por las responsabilidades de su persona.

La teoría de la procrastinación académica de Busko (1998), se tomó como base para la investigación donde la autora argumenta que la PA, es la propensión irracional que poseen las personas para aplazar o retrasar hasta los últimos momentos sus actividades académicas sin ningún argumento racional, para lo cual la misma autora propone un marco conceptual holístico dividiendo a la procrastinación académica en dos factores: a) *autorregulación académica*, la autorregulación es un patrón de conducta de aprendizaje que se desarrolla estratégicamente instalándose como un mecanismo psicológico, reflejándose en el desarrollo de pensamientos, que permiten conseguir los objetivos de aprendizaje. Por consiguiente, la autorregulación académica, es un comportamiento regulador para el alumno en el curso de su

aprendizaje, donde el estudiante sabe manejar los estímulos distractores que se puedan presentar en sus actividades académicas; *b) postergación de actividades*, el retraso de actividades es el aplazamiento, a menudo de diferentes actividades, lo cual genera diferentes consecuencias, como la baja autoeficacia, una calificación desaprobativa a sí mismo y un alto índice de estrés por el cumplimiento de trabajos académicos que debe presentar, debido a que no hay una buena organización y planificación de sus actividades a nivel educativo.

El estudio realizado presenta una justificación teórica sustentada en que los resultados servirán como información actualizada y evidente referente a la presencia y niveles de las variables HE y PA en estudiantes de secundaria de Villa El Salvador. Además, la justificación práctica tiene como objetivo tomar medidas correspondientes para mejorar las problemáticas que se presenten en el alumnado referente a las dificultades que se puede desprender de la conducta de procrastinar, la misma que estaría incidiendo en la carencia de HE adecuados. En referencia a la relevancia social, pretende beneficiar a los de estudiantes ya que los resultados serán muy útiles para las autoridades educativas, así como a profesionales de la Psicología en el ámbito educativo, con la finalidad de planificar y ejecutar acciones tales como actividades con los familiares, buscando mejorar el clima familiar; con los docentes y con los mismos estudiantes.

Como objetivo general, se buscó hallar la relación entre los hábitos de estudio y la procrastinación académica en estudiantes secundarios de Lima Sur, 2021 y como específicos, a) se plantea mostrar las categorías de los hábitos de estudio; b) describir el nivel de procrastinación académica; c) establecer la relación entre las dimensiones de la variable hábitos de estudio con el total de la procrastinación académica.

II. MÉTODO

2.1. Tipo y diseño

El estudio pertenece al tipo correlacional, Salkind (1999) propone que este tipo de investigación es aquella que explica la relación entre dos o más variables. Del mismo modo, se utilizó un diseño no experimental, transversal, es decir que no se hizo ninguna variación intencional en las variables para evaluar su accionar sobre otra, sino que solamente se observaron los sucesos como se dan en su ámbito natural.

2.2. Población, muestra y muestreo

Entendiéndose a la población como el agrupamiento del total los casos que presentan similitud con una serie de criterios específicos; comprende de 1092 escolares distribuidos en dos colegios. La muestra es una porción o parte del universo que interesa estudiar al investigador, de la que se obtendrán la información pertinente, quedó conformada por 341 participantes debido a la disponibilidad de los estudiantes a responder de manera voluntaria. El muestreo fue no probabilístico intencional, es aquel donde están sujetos al contexto y las características de la investigación y no propiamente de la probabilidad (Hernández y Mendoza, 2018).

2.3. Hipótesis

Como hipótesis general: existe relación inversa entre hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de Lima Sur, 2021. Como hipótesis específicas: existe relación entre las dimensiones de hábitos de estudio y el total de procrastinación académica.

2.4. Variables y Operacionalización

La operacionalización de variables estará en los anexos de la investigación.
Definición conceptual de hábitos de estudio: son el conjunto de conductas aprendidas

que el alumno efectúa en su vida académica, involucra la manera en que se organiza en el tiempo y espacio (Vicuña, 2005). *Definición conceptual de procrastinación académica*: es la propensión irracional para retrasar las actividades académicas e ir posponiendo hasta los últimos momentos la ejecución de éstas, lo cual produce ansiedad por el incumplimiento (Busko, 1998).

2.5. Instrumentos o materiales

El Inventario de HE- CASM-85, revisión 2014, fue creado por Vicuña, en 1985. La aplicación de este instrumento se desarrolla entre aproximadamente entre 15 a 20 minutos, en cuanto a su administración es individual o grupal. El principal objetivo es evaluar los HE en estudiantes secundarios e incluso hasta el primer año de educación superior. La evidencia de validez de criterio fue obtenida mediante la correlación ítem test obteniéndose valores de .80, con un resultado ($t=30.35$, $p<.01$). La varianza explicada fue del 63.97%. La confiabilidad fue hallada a través del método de mitades, la misma que arrojó un valor de .86, para la escala total. Se empleó la versión revisada por Rebaza (2016) mediante la validez de constructo presentando correlaciones muy significativas ($p<.01$), con unos índices de ajuste (CFI y GFI) con valores ($\geq.85$), alcanzando valores apropiados ($.05<RMSEA<.099$).

La Escala de Procrastinación Académica (EPA), denominada Student Procrastination Scale (Busko, 1998) está compuesta por dos escalas las cuales presentaron adecuadas propiedades psicométricas en su estudio original. En el Perú, fue Álvarez (2010) quien realizó estudios psicométricos de fiabilidad y validez quedando la escala con 16 ítems. Aquí se evidenciaron niveles altos de confiabilidad correspondientes a .87 y una estructura unifactorial, la misma que arroja 23.89% de la varianza.

2.6. Procedimientos

Para recolectar la información se enviaron documentos virtuales, a los directivos de las IE, solicitando las respectivas autorizaciones para ingresar a las sesiones durante las horas de clases, con la presencia de los respectivos tutores de aula, en los cuales se incluyó el respectivo consentimiento informado, a fin de garantizar la libre participación de los alumnos en y la consecuente confidencialidad de la información proporcionada.

2.7. Análisis de datos

Se confeccionó una base de datos a través de los formularios Google, luego se exportó al software SPSS v26, en donde se hicieron los análisis descriptivos, tales como las frecuencias de los niveles y de esa manera, responder a los objetivos planteados. Luego se realizó el análisis inferencial, previo análisis de la normalidad mediante Kolmogorov-Smirnov, según la cual se determinó que la distribución de los datos de ambas variables y sus dimensiones, por lo que se determinó el uso de estadísticos paramétricos (Rho de Spearman).

2.8. Aspectos éticos

En el presente trabajo se cuidó garantizar la privacidad y el anonimato de los partícipes, por lo que no fue necesario incluir datos personales, con los cuales se les pueda identificar, tales como número de documento de identidad, correos, ni direcciones, solo se solicitaron datos demográficos generales, tales como sexo, edad, grado de instrucción. Además, se les indicó, mediante el asentimiento informado, que no habrá ningún interés económico de por medio y será de manera voluntaria.

III. RESULTADOS

Tabla 1

Categorías de hábitos de estudio

n=341	<i>f</i>	%
Muy positivo	13	3.8
Positivo	26	7.6
Tendencia (+)	100	29.3
Tendencia (-)	175	51.3
Negativo	27	7.9
Muy negativo	-	-

En la tabla 1 se indica que el mayor número de alumnos (51.3%) presentan HE con tendencia negativa, en tanto que un porcentaje menor (29.3%) se ubican en tendencia positiva.

Tabla 2

Niveles de procrastinación académica

n=341	<i>f</i>	%
Nivel bajo	109	32.0
Nivel medio	132	38.7
Nivel alto	100	29.3

Mientras que en la tabla 2, se muestra que, respecto a la conducta de PA, se encuentra que el (38.7%) se ubica en un nivel promedio, secundado de otro porcentaje no menos importante (32%) que presenta procrastinación de nivel bajo. Se observa que las tres categorías se hallan proporcionalmente distribuidas, alcanzando cada una un tercio, aproximadamente, del total de la muestra analizada.

Tabla 3*Análisis de la correlación entre hábitos de estudio y procrastinación académica*

<i>n= 341</i>	<i>rho [IC95%]</i>	<i>p</i>	<i>TE</i>
Hábitos de estudio	-.186** [-.287; -.082]	.001	.034
Procrastinación académica			

Nota: n: muestra, rho: coeficiente de correlación de Spearman, IC95%: Intervalo de confianza al 95% p: probabilidad de significancia, TE: tamaño del efecto

El análisis de la correlación entre ambas variables se muestra en la tabla 3, donde se obtiene que existe relación estadística inversa y muy significativa, de nivel muy bajo ($\rho = -.186$; $p = .001$), resultados que van acompañados de un TE de .034, indicando un tamaño pequeño (Domínguez, 2018) que explica la presencia de dicha correlación en una mínima parte de la muestra. Con estos resultados, es rechazada la hipótesis nula y la hipótesis de trabajo es aceptada.

Tabla 4*Análisis de la relación entre la dimensión formas de estudiar y procrastinación académica*

<i>n= 341</i>	<i>rho [IC95%]</i>	<i>p</i>	<i>TE</i>
Formas de estudiar	-.442** [-.523; -.352]	.000	.195
Procrastinación académica			

Como se observa en la tabla 4, existe correlación estadística altamente significativa, inversa y de grado moderado ($\rho = -.442$; $p = .000$) entre la dimensión formas de estudiar y la variable PA. Además, dicha relación presenta un TE de .195 que corresponde a una magnitud pequeña (Domínguez, 2018). Con dichos resultados, la hipótesis nula es negada y la hipótesis alterna, aceptada.

Tabla 5

Análisis de la relación entre la dimensión realización de tareas y procrastinación académica

<i>n= 341</i>	<i>rho [IC95%]</i>	<i>p</i>	<i>TE</i>
Realización de tareas	-0.316** [-.408; -.217]	.000	.099
Procrastinación académica			

Como se aprecia en la tabla 5, se encuentra correlación estadística altamente significativa, negativa y de grado bajo ($\rho = -0.316$; $p = 0.000$) entre la dimensión realización de tareas y PA, con un TE de .099, que corresponde a una magnitud pequeña (Domínguez, 2018), dato que explica la presencia de la relación en la muestra, pero de manera poco importante. Con estos resultados, la hipótesis nula queda rechazada y la hipótesis de trabajo, aceptada.

Tabla 6

Análisis de la relación entre la dimensión preparación de exámenes y procrastinación académica

<i>n= 341</i>	<i>rho [IC95%]</i>	<i>p</i>	<i>TE</i>
Preparación de exámenes	-0.250** [-.347; -.148]	.000	.062
Procrastinación académica			

Al analizar la correlación entre la dimensión preparación de exámenes y PA, tal como se muestra en la tabla 6, se halla una relación estadística altamente significativa, negativa y de nivel muy bajo ($\rho = -0.250$; $p = 0.000$), con un TE igual a .062 que corresponde a una magnitud pequeña (Domínguez, 2018). De acuerdo con lo anterior, hipótesis nula se rechaza y la hipótesis de trabajo planteada, se acepta.

Tabla 7

Análisis de la relación entre la dimensión forma de escuchar la clase y procrastinación académica

<i>n= 341</i>	<i>rho [IC95%]</i>	<i>p</i>	<i>TE</i>
Forma de escuchar la clase	$-.316^{**}$ [-.408; -.217]	.000	.099
Procrastinación académica			

Como se aprecia en la tabla 7, entre la dimensión formas de escuchar la clase y PA, existe correlación estadística altamente significativa, inversa y de nivel bajo ($\rho=-.360$; $p=.000$), seguida de un valor de .099 de TE, que corresponde a una magnitud pequeña (Domínguez, 2018). Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de trabajo

Tabla 8

Análisis de la relación entre la dimensión acompañamiento en el estudio de la variable clase y procrastinación académica

<i>n= 341</i>	<i>rho [IC95%]</i>	<i>p</i>	<i>TE</i>
Acompañamiento en el estudio	$-.253^{**}$ [-.350; -.151]	.000	.064
Procrastinación académica			

En la tabla 8 se aprecian los resultados del análisis de la correlación entre la dimensión acompañamiento en el estudio y PA, encontrándose que existe relación estadística altamente significativa, negativa y de grado muy bajo ($\rho= -.253$; $p=.000$), así como con un TE de .064, correspondiente a un tamaño pequeño (Domínguez, 2018). Con estos resultados, la hipótesis nula es rechazada y la hipótesis de trabajo planteada, es aceptada.

IV. DISCUSIÓN

El presente estudio tuvo como finalidad determinar la relación entre HE y PA en un grupo de 341 estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas de Lima Sur, en función a lo cual arrojó como resultado que sí hay relación altamente significativa, inversa, aunque de grado muy bajo entre ambas variables ($\rho = -.186$; $p = .001$). Dicho resultado presenta puntajes de un tamaño del efecto pequeño (.34). Esto indica que las que cuando los estudiantes no se organizan adecuadamente, en cuanto al tiempo y el espacio donde preparan sus trabajos escolares, ni aplican estrategias y técnicas de estudio para la ejecución de sus actividades, más probabilidad habrá que tiendan a postergar dichas actividades, posponiéndolas para último momento, lo cual les produce ansiedad y estados de malestar psicológico debido a tal postergación. Dichos resultados se asemejan a los de Gutiérrez-García et al. (2020) quienes encontraron que, aquellos estudiantes que obtuvieron puntuaciones de procrastinación moderada, éstas se relacionaban de manera inversa con las puntuaciones obtenidas en los hábitos de estudio. Cabe mencionar aquí lo planteado por Natividad (2014) quien afirma que la conducta de postergación de actividades se produce cuando el estudiante aplaza la ejecución de tareas, cuando tiene bastante tiempo aun para la entrega de trabajos, es decir no planifica sus tiempos, ni sus horarios, confiándose en los plazos largos, es decir, que no tiene por hábitos planificar sus actividades (HE).

Otro hallazgo relevante, de acuerdo con el primer objetivo específico, fue la presencia de la tendencia negativa en los HE, en más de la mitad de los participantes (51.3%) lo cual nos indica que gran parte de ellos no presenta capacidad para organizarse en la distribución de los tiempos y espacios para estudiar, así como también que no utilizan, en su mayoría, estrategias y técnicas de estudio que los lleve

a tener éxito en la ejecución de sus trabajos académicos. Estos resultados refuerzan lo obtenido en la correlación estadística, ya que, al haber un alto porcentaje de estudiantes con hábitos de estudios con tendencia negativa, ello va a favorecer a que tiendan más a procrastinar. Por otro lado, solo un 29.3% de los participantes del estudio se sitúan en el nivel de hábitos de estudio con tendencia positiva. En general, los estudiantes de secundaria tienden a presentar mayores puntajes en la tendencia negativa para hábitos de estudio, tal como menciona Salas (2017) quien encontró que el mayor porcentaje de estudiantes (35%) obtuvo una inclinación negativa, mientras que solo el 19%, una inclinación positiva.

En función al segundo objetivo específico respecto al nivel de la variable PA, se encontró que las tres categorías, alta, promedio y baja se hallan proporcionalmente distribuidas, alcanzando cada una un tercio, aproximadamente, del total de la muestra analizada; tal es así que el más alto porcentaje (38.7%) obtuvo nivel promedio, a la vez que una proporción parecida (32%) presenta niveles de procrastinación baja. Dichos resultados revelan que una cantidad importante de los estudiantes no posee la capacidad de autorregularse en el manejo de estímulos distractores que pueden interferir en sus trabajos escolares, por lo que están posponiendo de manera injustificada la realización de actividades académicas, postergando para último momento la ejecución de estas, generando en ellos conductas de ansiedad o malestar psicológico por no cumplirlas (Jesús y Paredes, 2019).

Al plantearse el objetivo específico número tres, para determinar la relación entre la dimensión forma de estudiar y procrastinación académica, se encontró correlación altamente significativa, inversa y de grado moderado ($\rho = -.442$; $p = .000$) con un grado de importancia pequeño ($TE = .195$), de acuerdo a lo cual se puede afirmar que cuando los estudiantes no hacen uso de estrategias como el subrayado,

repaso de los temas estudiados, técnicas de comprensión lectora, entre otras, mayor será la posibilidad que adopten conductas de postergación o aplazamiento de los trabajos académicos, debido a que perciben los trabajos como abrumadores, no porque lo sean, sino porque no disponen de estrategias para solucionar el problema, ate lo cual optan por abandonar o posponer las tareas (Busko, 1998).

Teniendo en cuenta el objetivo específico número cuatro, en donde se buscó determinar la relación entre la dimensión realización de tareas y PA, se encontró una asociación altamente significativa, inversa y de grado bajo ($\rho = -.316$; $p = .000$). En este sentido, Pozar (1999) menciona la presencia de factores importantes en el estudio y uno de ellos es casualmente la utilización de materiales al momento de realizar las tareas, tales como la estrategia de leer y comprender un contenido de texto, utilizar libros y materiales de consulta, utilizar esquemas-resúmenes, organizadores visuales, subrayados, entre otros.

En relación con el quinto objetivo específico de establecer la relación entre la dimensión preparación de exámenes y PA, se encontró relación altamente significativa, negativa y de nivel muy bajo ($\rho = -.250$; $p = .000$), observándose aquí un tamaño del efecto pequeño (.062) indicando la relación mencionada solo se está presentando en una pequeña parte de la muestra. Esto se interpreta en el sentido que, cuando los alumnos no se preparen apropiadamente en las evaluaciones, más alta será la probabilidad que desarrollen la conducta procrastinadora. Este punto está referido al aspecto de organización del tiempo, donde se asume que, para estudiar y prepararse para rendir evaluaciones, el estudiante debe aprender a organizar su tiempo, lo cual le permitirá lograr eficacia y éxito en su objetivo de rendir exámenes aprobatorios (Pozar, 1999).

Así mismo, en función al objetivo específico número seis, donde se buscó establecer la relación entre la forma de escuchar y PA, se encontró como resultado una relación muy significativa, inversa y de nivel bajo ($\rho = -.360$; $p = .000$), entre la mencionada dimensión y la variable PA, con un valor de tamaño de efecto pequeño (.099). Estos resultados nos ponen de manifiesto que cuando los estudiantes, durante las clases, no tienen por hábito realizar apuntes, no participa activamente preguntando al profesor lo que no comprende o se distrae conversando de otros temas ajenos a la clase, tenderán más a desarrollar la conducta de postergar las actividades académicas, lo que largo plazo, propiciará en ellos conductas de ansiedad o malestar psicológico (Busko, 1988).

También se estableció como objetivo específico número siete, el determinar si había relación entre acompañamiento en el estudio y PA. Al respecto se encontró que, efectivamente, existe correlación muy significativa, inversa y de grado muy bajo ($\rho = -.253$; $p = .000$) entre ambos aspectos analizados. El acompañamiento en el estudio consiste en tomar en cuenta aquellas actividades que el estudiante realiza, mientras desarrolla sus actividades académicas en el hogar, tales como escuchar música, buscar lugares de tranquilidad o la presencia de otras personas que lo acompañen para realizar sus tareas. En mención a ello, se esperaría una relación directa, es decir, a mayor presencia de factores perturbadores, mayor sería la conducta procrastinadora; sin embargo, se obtuvo una correlación inversa en el análisis, lo cual se puede deber a que actualmente los estudiantes de secundaria, al ser adolescente y parte de una generación digital, el acompañarse de la música para estudiar o estar conectado a las redes sociales, no necesariamente van a favorecer una conducta procrastinadora (Anchapuri y Gallardo (2019).

V. CONCLUSIONES

1. Se encontró que los HE guardan relación inversa y muy significativa con la PA, aunque de grado muy bajo ($\rho = -.186$; $p = .001$), lo cual implica que cuando los estudiantes presentan hábitos de estudio con tendencia negativa, mayor es la posibilidad que desarrollen la conducta procrastinadora.
2. Aproximadamente algo más de la mitad (51.3%) de los estudiantes están utilizando HE inadecuados o con tendencia negativa, aproximadamente (29.3%) muestran que utilizan hábitos de estudio adecuados.
3. Las categorías de PA, alta baja, se encuentran proporcionalmente distribuidas en dos tercios de la muestra (29.3%; 32.0%), mientras que la mayoría (38.7%) presentan conductas procrastinadoras de nivel promedio.
4. Se encontró relación altamente significativa, inversa y moderada entre la dimensión formas de estudiar y la PA ($\rho = -.442$; $p = .000$).
5. Existe relación altamente significativa, inversa y baja ($\rho = -.316$; $p = .000$) entre la dimensión entre la dimensión realización de tareas y PA.
6. Se halló relación altamente significativa, inversa y baja ($\rho = -.250$; $p = .000$) entre la dimensión preparación de exámenes y PA.
7. Se presenta relación altamente significativa, negativa y baja ($\rho = -.360$; $p = .000$) entre la dimensión formas de escuchar la clase y PA.
8. Existe relación altamente significativa, negativa y muy baja ($\rho = -.253$; $p = .000$) entre la dimensión acompañamiento en el estudio y PA.

VI. RECOMENDACIONES

1. Realizar estudios psicométricos referidos a la adecuación psicométrica del instrumento de HE, donde se considere la nueva modalidad de clases virtuales, donde los hábitos de estudio no son los mismos que se utilizaban durante las clases presenciales, inclusive para el desarrollo de tareas escolares en casa y de acuerdo con ello, analizar los hábitos de estudio utilizados en la no presencialidad, están teniendo impacto en la procrastinación académica.
2. Realizar una revisión psicométrica de las evidencias de validez y confiabilidad de ambos instrumentos psicométricos, tanto de HE y PA en muestras grandes de estudiantes de Lima Sur.
3. Proponer a los psicólogos que laboran en los centros educativos, el desarrollo de talleres prácticos para el aprendizaje y fortalecimiento de Técnicas de estudio, con el fin de reforzar los hábitos de estudio positivos en el alumnado.
4. Planificar y desarrollar sesiones de trabajo dirigidas a los estudiantes para brindar información sobre la PA, con la finalidad de fomentar el conocer los efectos perjudiciales de dicha conducta y cómo puede influir en el desempeño académico.
5. Promover que los profesores estimulen en los estudiantes a realizar una participación al momento de las clases, con la finalidad de mejorar los HE, tales como elaborar organizadores gráficos, utilizar palabras clave para tomar notas, subrayar párrafos en los textos de lectura, entre otros, para optimizar el desempeño académico.

REFERENCIAS

- Abado, X. & Cáceres, A. (2018). *Procrastinación académica y ansiedad frente a evaluaciones en estudiantes de primer año de la Escuela Profesional de Psicología* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. Repositorio de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. <http://190.119.145.154/bitstream/handle/UNSA/6526/PSabbexn.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Albulescu, I., Vicentiu, A., Denisa, A. & Stan, C. (2024). The mediating role of cognitive test anxiety on the relationship between academic procrastination and subjective wellbeing and academic performance. *National Library of Medicine* 12(3), 1-23. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38919925/#:~:text=Procrastination%20correlates%20positively%20with%20test,academic%20procrastination%20and%20academic%20performance.>
- Alegre, A. (2014). Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Revista de Educación y Psicología de la USIL*, 1(2), 57–82.
- Álvarez, Ó. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana. *Revista Persona*, 9(13), 159–177. <https://www.redalyc.org/pdf/1471/147118212009.pdf>
- Andina Agencia Peruana de Noticias (2019). *Ocho pautas para inculcar hábitos de estudio a los niños*. <https://andina.pe/agencia/noticia-ochopautas-para-inculcar-habitos-estudio-a-los-ninos-766256.aspx>
- Angarita, L., Sánchez, A., & Barreiro, E. (2012). *Relación entre los niveles de procrastinación académica y el rendimiento en estudiantes de Psicología de*

una Universidad Privada. Trabajo presentado en el II Congreso Internacional de Psicología y Educación, Bogotá, Colombia.

<https://www.picorpcolombia.com/app/download/10897998393/2012-POS-ANGARITA-PROCRASTINACION+UNIVERSITARIA.pdf?t=1491434691>

Ausubel, D. P., Novak, J. D., & Hanesian, H. (1976). *Psicología educativa: un punto de vista cognoscitivo* (Vol. 3). México: Trillas.

Bautista, J., Velazco, B., Estrada, E., Córdova, L., & Ascona, P. (2023). Social media addiction and academic procrastination in adolescents of regular basic education. *Revista Universidad y Sociedad*, 15(3), 509-517. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2218-36202023000300509&lng=es&nrm=iso&tlng=en

Benites, A. (2018). Tutoría escolar y hábitos de estudios en estudiantes de 5° de secundaria de la IE Santa Teresa de Ávila-Comas, 2018 [Tesis de pregrado, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio Institucional UCV. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/34286/Benites_AIR.pdf?sequence=4&isAllowed=y

Burka, J., & Yuen, L. (2008). *Procrastination why you do it, what to do about it now*. Massachusetts, Estados Unidos de America: Da Capo Press

Busko, D. (1998). Causes and consequences of perfectionism and procrastination: a structural equation model [Tesis de maestría, University of Guelph]. University of Guelph. Guelph, Ontario. <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.456.4450&rep=rep1&type=pdf>

Capcha, N. & Benito, F. (2017). *Hábitos de estudio y rendimiento académico en el área de matemática en los estudiantes de la Institución Educativa "San*

Antonio” de Quintaojo-Acostambo-Huancavelica [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Huancavelica]. Repositorio Institucional de la Universidad Nacional de Huancavelica. <https://repositorio.unh.edu.pe/bitstream/handle/UNH/1426/TP%20-%20UNH%20MAT.COM.INF.%200005.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Cartagena, M. (2008). Relación entre la autoeficacia, el rendimiento escolar y los hábitos de estudio de secundaria. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y cambio en Educación*, 6 (3), 60-101. <http://www.rinace.net/arts/vol6num3/art3.pdf>

Cepeda, I. (2012). *Influencia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico de los estudiantes* [Tesis de pregrado, Universidad de Guayaquil]. Repositorio Insitucional de la Universidad de Guayaquil. <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/6440>

Cevallos, E. (2019). *Relación entre la edad, año escolar y procrastinación académica en una muestra de adolescentes de una institución educativa en la ciudad de Salcedo* [Tesis de pregrado, Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio Insticional de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador. <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/2727/1/76895.pdf>

Chan, L. A. (2011). Academic procrastination as predictor of academic performance among young people with higher education. *Unife*, 7(1), 53–62. https://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/revista_tematica_psicologia_2011/chan_bazalar.pdf

Chura, G., Calderón, S. M., Castro, M. S. & Verástegui, A. (2021). Procrastinación académica: un estudio descriptivo con estudiantes de secundaria. *Apuntes Universitarios*, 11(4), 40 - 59. <https://doi.org/10.17162/au.v11i4.759>

- Cottón, K. (2015). *El aprendizaje significativo y su influencia en el desarrollo de competencias de los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Básica de la Cabecera Municipal de San Rafael Pie de la Cuesta del departamento de San Marcos* [Tesis de pregrado, Universidad de San Carlos de Guatemala]. Repositorio de la Universidad de San Carlos de Guatemala, San Marcos, Guatemala. <https://docplayer.es/38092515-Estudiante-karla-josefina-palacios-cotton-de-maldonado-carne.html>
- David, L., Biber, F., Crutzen, R. & De Bruin, A. (2024). The challenge of change: understanding the role of habits in university students' self-regulated learning. *High Educ* 1(4), 1-10. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10734-024-01199-w>
- Domínguez, S. (2018). Magnitud del efecto, una guía rápida. *Elsevier*, 19(4), 251 – 254. <https://www.elsevier.es/es-revista-educacion-medica-71-articulo-magnitud-del-efecto-una-guia-rapida-S1575181317301390?fbclid=IwAR3Nsb1J2KQXhcs7jgZO6SJ6nWWEq1nlk>
- Flores, W. (2018). *Funcionamiento familiar y procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú. <http://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/AUTONOMA/531>
- Gutiérrez-García, A., Huerta-Cortes, M. & Landeros-Velásquez, M. (2020). Procrastinación académica y hábitos de estudio y su relación con las funciones ejecutivas autoinformadas en estudiantes de secundaria. *Journal of Psychology and Neuroscience*, 2(1), 1-9. <https://unisciencepub.com/storage/2020/02/Academic-Procrastination-in-Study-Habits-and-Its-Relationship.pdf>

Hereira, A. (2017). *Hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes del grado undécimo de dos colegios adventistas del norte de Colombia* [Tesis de pregrado, Universidad de Montemorelos]. Repositorio de la Universidad de Montemorelos.

<http://dspace.biblioteca.um.edu.mx/xmlui/handle/20.500.11972/732>

Hernández, G. (1998). *Paradigmas de la Psicología de la Educación*. México. Paidós.

http://creson.edu.mx/Bibliografia/Licenciatura%20en%20Pedagogia/Repositorio%20Introduccion%20a%20la%20Psicologia/Hernandez_Rojas_Paradigmas_en_psicologia.pdf

Hernández-Sampieri, R. & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*.

<http://virtual.cuautitlan.unam.mx/rudics/?p=2612>

Jesús, S. & Paredes, M. (2019). *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de 5to grado secundaria en una institución educativa del distrito de Mazamari, 2019* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana de los Andes]. Repositorio de la Universidad Peruana de los Andes.

<https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/1241/TESIS%20FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Knaus, J. (1997). Superar el hábito de posponer. *Revista de Toxicomanías*, 13, 19-22. <http://www.cat-barcelona.com/pdfret/RET13-3.pdf>

Consejo Nacional para la Cultura y las Artes (2015). *Encuesta nacional de lectura y escritura 2015-2018*. Dirección General de Publicaciones.

https://observatorio.librosmexico.mx/files/encuesta_nacional_2015.pdf

- Mabel, P. (2017). Hábitos de estudio: lo que se aprende en la escuela y lo que requiere la universidad. *Revista Iberoamericana de Educación*, 71(2), 91-108.
https://rieoei.org/historico/documentos/rie71_2a05.pdf
- Mamani, A. & Gonzáles, 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 pregrado, Universidad Peruana Unión]. Repositorio de la Universidad Peruana Unión.
https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/1697/Ana_Tesis_Licenciatura_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Ministerio de Educación- Minedu (2018). *Evaluación Censal de Estudiantes (ECE) 2018*. <http://umc.minedu.gob.pe/resultadosnacionales2019/>
- Mondragón, C., Cardoso D. & Bobadilla, S. (2017). Hábitos de estudio y rendimiento académico. Caso estudiantes de la licenciatura en Administración de la Unidad Académica Profesional Teajupilco, 2016. *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*. 8(15), 1-25.
<https://www.scielo.org.mx/pdf/ride/v8n15/2007-7467-ride-8-15-00661.pdf>
- Mousalli, G. (2015). *Métodos y Diseños de Investigación Cuantitativa*.
https://www.researchgate.net/profile/Gloria_Mousalli/publication/303895876_Metodos_y_Disenos_de_Investigacion_Cuantitativa/links/575b200a08ae414b8e4677f3.pdf
- Muarifah, A., Rofiah, N., Mujidin, M., Mohamad, Z. & Oktaviani, F. (2022). Students' academic procrastination during the COVID-19 pandemic: How does adversity quotient mediate parental social support? *Front. Educ.* 7(9), 18-35.
<https://www.frontiersin.org/journals/education/articles/10.3389/educ.2022.961820/full>

- Natividad, L. (2014). *Análisis de la procrastinación en estudiantes universitarios* [Tesis de pregrado, Universitat de València]. Repositorio Institucional de la Universitat de València. <https://roderic.uv.es/bitstream/handle/10550/37168/Tesis%20Luis%20A.%20Natividad.pdf?sequ>
- Núñez, C. & Sánchez, J. (1991). Hábitos de estudio y rendimiento en EGB y BUP. Un estudio comparativo. *Revista Complutense de Educación*, 2 (1), 4-26. <http://revistas.ucm.es/index.php/RCED/article/view/RCED9191130043A/18163>
- Observatorio de Innovación Educativa (2019). *Resultados PISA 2018: Latinoamérica por debajo del promedio*. <https://observatorio.tec.mx/edu-news/prueba-pisa-2018-latinoamerica>
- Organización de Estados Iberoamericanos (OEI/CAEU) (2018). Programa educativo de técnicas y hábitos de estudio para lograr aprendizajes sustentables en estudiantes de nuevo ingreso al nivel superior. *Revista Iberoamericana de Educación*, 76 (2), 73-94. <https://doi.org/10.35362/rie7622959>
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE, 2018). *Pruebas PISA: Qué países tienen la mejor educación del mundo (y qué lugar ocupa América Latina en la clasificación)*: BBC Mundo. <https://www.bbc.com/mundo/noticias-internacional-50643441#orb-banner>
- Parella, S & Martins, F. (2006). Metodologías de la Investigación Cuantitativa. FEDUPEL. <http://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w23578w/w23578w.pdf>
- Pedrerros, F. (2014). *Clima social familiar de escolares con hábitos de estudio negativo de la I.E. Cesar Tello Rojas. Chimbote, 2014* [Tesis de pregrado, Universidad Católica los Ángeles de Chimbote]. Repositorio de la Universidad Católica los

Ángeles de Chimbote.

http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/123/PEDREROS_HERRERA_FLOR_VICTORIA_CLIMA_SOCIAL_FAMILIAR_HABITOS_NEGATIVOS.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Picasso M., Villanelo M. & Bedoya L. (2015). Hábitos de lectura y estudio, y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de odontología de una universidad peruana, *Kiru* 12(1), 19 - 27.
https://www.usmp.edu.pe/odonto/servicio/2015/Kiru_12-1_v_p19-27.pdf

Pickles, M. (2017). *Procrastinación, “El problema más grave en la educación” (y cómo vencerlo)*. BBC NEWS-Mundo. <https://www.bbc.com/mundo/noticias-38597625>

Pozar, F. (2002). *Inventario de hábitos de estudio*. Madrid. Publicaciones de Psicología aplicada. TEA.

Radio Programas del Perú (RPP Noticias, 2016). *De vuelta al colegio: Hábitos de estudio para un año escolar exitoso*. <https://rpp.pe/vital/comer-bien/de-vuelta-al-colegio-habitos-de-estudio-para-un-ano-escolar-exitoso-noticia-771985>

Real Academia de la Lengua Española (RAE (2020). <https://www.milenio.com/cultura/procrastinar-o-procastinar-la-rae-lo-resuelve>

Rebaza, K. (2016). *Propiedades psicométricas del inventario de hábitos de estudio en estudiantes del nivel secundario de la provincia de Otuzco*. [Tesis de pregrado, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio Institucional UCV. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/605/rebaza_ck.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Ruiz, C. & Cuzcano, A. (2107). *El estudiante procrastinador*. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7145921.pdf>

Salas, O. (2017). *Estilos de Crianza y Hábitos de Estudio en Estudiantes con Violencia Familiar de una Institución Educativa de la Ciudad de Piura – 2017* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo.

http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/10712/salas_go.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Salkind, N. (1998). *Métodos de Investigación*. Prentice Hall:México.

Sánchez, I. (2017) Info Capital Humano. *Procrastinación: La cultura del “más tarde”*.

<https://infocapitalhumano.pe/columnistas/cultura-clima-competitividad/procrastinacion-la-cultura-del-mas-tarde/>

Sigchos, W. (2018). *Los hábitos de estudio y el rendimiento académico en los estudiantes de quinto sexto y séptimo de educación general básica en la Unidad educativa Avelina Lazo de Plaza, Periodo 2016-2017* [Tesis de pregrado, Universidad Central del Ecuador]. Repositorio de la Universidad Central del Ecuador.

<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/14163/1/T-UCE-0010-PEO039-2018.pdf>

Skinner, B. F. (1954). La ciencia del aprendizaje y el arte de la enseñanza. Harvard Education Rev.,24.

Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94.

<https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>

The World Bank (2018). *Informe sobre desarrollo mundial 2018 (WDR 2018) APRENDER*. <https://www.worldbank.org/en/publication/wdr2018>

- Torres, H. (2018). *Impacto del clima familiar sobre la motivación académica del estudiante* [Tesis de pregrado, Universidad de Montemorelos]. Repositorio de la Universidad de Montemorelos. <http://dspace.biblioteca.um.edu.mx/xmlui/bitstream/handle/20.500.11972/11/Tesis%20Hern%C3%A1n%20Eugenio%20Torres%20Mill%C3%A1n.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Tuckman, B. (2003). The effect of learning and motivation strategies training on college students' achievement. *Journal of College Student Development*, 44(3), 430-437. <https://doi.org/10.1353/csd.2003.0034>
- Tünnermann, C. (2011). El constructivismo y el aprendizaje de los estudiantes. *Revista Universidades*, 71 (48), 21-32. <https://www.redalyc.org/pdf/373/37319199005.pdf>
- Vargas, M. A. P. (2017). Academic Procrastination: The Case of Mexican Researchers in Psychology. *American Journal of Education and Learning*, 2(2), 103–120. <https://doi.org/10.20448/804.2.2.103.120>
- Vicuña, L. (2005). *Inventario de hábitos de estudio CASM 85-R-2005*. Perú: Grafi-K-Gr.
- Yana, M., Adco, D., Alanoca, R. & Casa, M. (2022). Social network addiction and academic procrastination in Peruvian adolescents intimates of coronavirus Covid-19. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 25(2), 129-143. https://www.researchgate.net/publication/360438059_Adiccion_a_las_redes_sociales_y_la_procrastinacion_academica_en_adolescentes_peruanos_en_tiempos_de_coronavirus_Covid-19

- Yating, L., Yiwen, C. & Yuting, Z. (2021). A Study of the Relationship between Achievement Goal Orientation on Online Academic Procrastination among Junior High School Students: Multiple mediation analysis of task value and motivational regulation. In *the 6th International Conference on Distance Education and Learning ICDEL* 1(21), 21-234.
<https://dl.acm.org/doi/fullHtml/10.1145/3474995.3475032>
- Zarate, C. (2018). *Hábitos de estudio en estudiantes del primer al tercer grado de secundaria en la institución educativa PROLOG del distrito de San Juan de Miraflores* [Tesis de pregrado, Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. Repositorio de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega.
<http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2198/TRAB.SUF.PROF.Carmen%20Zarate%20Barboza.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
- Wolters, C. (2003). Entendimiento de la Procrastinación del Self –regulación de perspectiva. *Revista de educación Psicológica*, 95(1), 179-187.
http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/47576/Chavez_OPG-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

ANEXOS

ANEXO 1

Hábitos de estudio y Procrastinación académica en estudiantes de secundaria de Lima Sur, 2021

Nancy Rocío Saucedo Gutiérrez

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
<p>General</p> <p>¿Existe relación entre Hábitos de estudio y Procrastinación académica en estudiantes de secundaria de Villa El Salvador, 2021?</p>	<p>General</p> <p>Establecer la relación entre hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de Villa El Salvador, 2021</p> <p>Específicos</p> <p>Describir los Hábitos de estudio en estudiantes de secundaria de Villa El Salvador</p> <p>Describir el nivel de Procrastinación académica en estudiantes de secundaria de Villa El Salvador</p> <p>Establecer la relación entre la dimensión forma de estudiar de la variable Hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de Villa El Salvador</p> <p>Establecer la relación entre la dimensión realización de tareas de la variable Hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de Villa El Salvador</p> <p>Establecer la relación entre la dimensión preparación de exámenes de la variable Hábitos de estudio y procrastinación académica en</p>	<p>General</p> <p>Existe relación inversa y significativa entre hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de Villa El Salvador, 2021</p> <p>Específicas</p> <p>- Existe relación entre la dimensión forma de estudiar de la variable hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de Villa El Salvador</p> <p>Existe relación entre la dimensión realización de tareas de la variable hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de Villa El Salvador</p> <p>Existe relación entre la dimensión preparación de exámenes de la variable Hábitos de estudio y Procrastinación académica en estudiantes de secundaria de Villa El Salvador</p>	<p>Variable 1</p> <p>Hábitos de estudio</p> <p>Dimensiones</p> <ul style="list-style-type: none"> - Forma de estudiar - Realización de tareas - Preparación de exámenes - Forma de escuchar la clase - Acompañamiento en el estudio <p>Variable 2</p> <p>Procrastinación académica</p> <p>Dimensiones</p> <ul style="list-style-type: none"> - Autorregulación académica - Postergación de actividades 	<p>Enfoque</p> <p>Cuantitativo</p> <p>Alcance o Nivel</p> <p>Correlacional</p> <p>Diseño</p> <p>No experimental</p> <p>Población</p> <p>Estudiantes del primero al quinto de secundaria, de ambos sexos, de colegios públicos de Villa El Salvador,</p> <p>Muestra</p> <p>341 estudiantes de secundaria del 1ro al 5to año.</p> <p>Técnica de recolección de datos</p> <p>Encuesta</p> <p>Instrumentos para la recolección de datos</p>

estudiantes de secundaria de Villa El Salvador

Establecer la relación entre la forma de escuchar la clase de la variable Hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de Villa El Salvador

Establecer la relación entre la dimensión acompañamiento en el estudio de la variable Hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de Villa El Salvador

Establecer la relación entre las dimensiones de hábitos de estudio y las dimensiones de Procrastinación académica en estudiantes de secundaria de Villa El Salvador

Existe relación entre la forma de escuchar la clase de la variable Hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de Villa El Salvador

Existe relación entre la dimensión acompañamiento en el estudio de la variable Hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de Villa El Salvador

Existe relación entre las dimensiones de hábitos de estudio y las dimensiones de procrastinación académica en estudiantes de secundaria de Villa El Salvador

– Inventario de Hábitos de estudio-CASM-85 (Vicuña, 2014), adaptado por Rebaza (2016)

– Escala de Procrastinación académica - EPA (Busko, 1998), adaptada por Álvarez (2017)

ANEXO 2

INVENTARIO DE HÁBITOS DE ESTUDIO CASM-85 (Vicuña, 2014)

Adaptado por Rebaza (2016)

SEXO: F M EDAD: _____ GRADO y SECCION: _____

INSTITUCIÓN EDUCATIVA. _____ FECHA __/__/__

INSTRUCCIONES

Este es un inventario de Hábitos de Estudio, que le permitirá a usted conocer las formas dominantes de trabajo en su vida académica y de esa manera aislar aquellas conductas que pueden estar perjudicándole en su mayor éxito en el estudio. Para ello solo tiene que poner una "X" en el cuadro que mejor describa su caso particular. PROCURE CONTESTAR NO SEGÚN LO QUE DEBERIA HACER O HACEN SUS OMPAÑEROS, SINO DE LA FORMA COMO USTED ESTUDIA AHORA.

1. ¿COMO ESTUDIA USTED?		
PREGUNTA	SIEMPRE	NUNCA
1. Leo todo lo que tengo que estudiar subrayando los puntos más importantes.		
2. Subrayo las palabras cuyo significado no sé		
3. Regreso a los puntos subrayados con el propósito de aclararlo.		
4. Busco de inmediato en el diccionario el significado de las palabras que no sé.		
5. Me hago preguntas y me respondo en mi propio lenguaje lo que he comprendido.		
6. Luego, escribo en mi propio lenguaje lo que he comprendido.		
7. Doy una leída parte por parte y repito varias veces hasta recitarlo de memoria		
8. Trato de memorizar todo lo que estudio.		
9. Repaso todo la que he estudiado después de 4 a 8 horas.		
10. Me limito a dar una leída general a todo lo que tengo que estudiar		
11. Trato de relacionar el tema que estoy estudiando con otros temas ya estudiados.		
12. Estudio sólo para los exámenes		
2. ¿COMO HACE USTED SUS TAREAS?		
13. Leo la pregunta, busco en el libro y escribo la respuesta casi como dice el libro.		
14. Leo la pregunta, busco en el libro, leo todo y luego contesto segun como he comprendido.		

15. Las palabras que no entiendo, las escribo como están en el libro sin averiguar su significado.		
16. Le doy más Importancia al orden y presentación del trabajo que a la comprensión del tema.		
17. En mi casa, me falta tiempo para terminar con mis tareas, las completo en el colegio preguntando a mis amigos.		
18. Pido ayuda a mis padres y a otras personas y dejo que me resuelvan todo o gran parte de la tarea.		
19. Dejo para último momento la ejecución de mis tareas por eso no las concluyo dentro del tiempo fijado.		
20. Empiezo a resolver una tarea, me canso paso a otra.		
21. Cuando no puedo resolver una tarea me da rabia o mucha cólera y ya no la hago.		
22. Cuando tengo varias tareas empiezo por la más difícil y luego voy pasando a las más fáciles.		
3. ¿CÓMO PREPARA USTED SUS EXAMENES?		
23. Estudio por lo menos dos horas todos los días.		
24. Espero que se fije la techa de un examen o evaluación para poder estudiar.		
25. Cuando hay examen oral, recién en el salón de clases me pongo a revisar mis apuntes.		
26. Me pongo a estudiar el mismo día del examen.		
27. Repaso momentos antes del examen.		
28. Preparo mi plagio por si acaso me olvidó un tema.		
29. Confío que mi compañero me "sople" alguna respuesta en el momento del examen		
30. Confío en mi buena suerte por eso solo estudio aquellos temas que supongo que el profesor preguntara.		
31. Cuando tengo dos o más exámenes el mismo día empiezo estudiar por el tema más difícil y luego por el más fácil.		
32. Me presento a rendir mis exámenes sin haber concluido con el estudio de todo el tema		
33. Durante el examen se me confunden los temas, se me olvida lo que he estudiado.		
4. ¿CÓMO ESCUCHA USTED SUS CLASES?		
34. Trato de tomar apuntes de todo lo que dice el profesor		
35. Solo tomo apuntes de las cosas más importantes		
36. Inmediatamente después de las cosas más importantes		
37. Cuando el profesor utiliza alguna palabra que no sé, levanto la mano y pido su significado.		
38. Estoy más atento a las bromas de mi compañero que la clase		
39. Me canso rápidamente y me pongo hacer otras cosas.		
40. Cuando me aburro me pongo a jugar o conversar con mi amigo.		
41. Cuando no puedo tomar nota lo que dice el profesor me aburro y lo dejo todo		
42. Cuando no entiendo un tema mi mente se pone pensar, soñando despierto.		
43. Mis imaginaciones o fantasias me distraen durante las clases.		

44. Durante las clases me distraigo pensando lo que voy hacer a la salida.		
45. Durante las clases me gustaría dormir o tal vez irme de clases		
46. Durante las clases atiendo llamadas o mensajes de mi celular		
5. QUE ACOMPAÑA SUS MOMENTOS DE ESTUDIO		
47. Requiero de música, sea del radio o del mini componente		
48. Requiero de la compañía de la TV		
49. Requiero de tranquilidad y silencio.		
50. Requiero de algún alimento que como mientras estudio.		
51. Su familia, que conversan, ven TV o escuchan musica.		
52. Interrupciones por parte de sus padres pidiéndole algún favor.		
53. Interrupciones visitas, amigas, le quitan el tiempo.		
54. Interrupciones sociales, fiestas, paseos, citas, etc.		
55. Estar Conectado, por mi celular u otro medio con mis redes sociales.		

ANEXO 3

ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA- EPA

(Busko, 1998)

Adaptada por Álvarez (2010)

Edad.....Sexo: M F Grado De estudios.....

Fecha.....

INSTRUCCIONES:

A continuación se presenta una serie de enunciados sobre su forma de estudiar. Usted debe marcar con una (X) su respuesta según la frecuencia en que la situación se presente. No existen respuestas buenas o malas, lo más importante es la veracidad. Marca todas las frases teniendo en cuenta las siguientes alternativas:

5	4	3	2	1
Siempre (Me ocurre siempre)	Casi siempre (Me ocurre mucho)	A veces (Me ocurre alguna vez)	Casi nunca (Me ocurre pocas veces o casi nunca)	Nunca (No me ocurre nunca)

N°	Ítem	5 S	4 CS	3 AV	2 CN	1 N
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 me asignan lecturas, las dejo para leerlas la noche anterior.					
4	Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase.					

5	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.					
6	Asisto regularmente a clases					
7	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.					
8	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.					
9	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan					
10	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.					
11	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.					
12	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.					
13	Trato de terminar mis trabajos importantes con la debida anticipación.					
14	Me tomo el tiempo para revisar mis tareas antes de entregarlas.					
15	Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy.					
16	Disfruto la mezcla de desafío con emoción al esperar hasta el último minuto para completar una tarea.					

Gracias por su colaboración!!