



Autónoma
Universidad Autónoma del Perú

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

TESIS

ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN
ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA DE VILLA
MARÍA DEL TRIUNFO

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

AUTORA

SARA KARINA GUERRA YNCHICSANA (ORCID: 000-0002-5091-3399)

ASESORA

DRA. SILVANA GRACIELA VARELA GUEVARA (ORCID: 0000-0002-3528-8548)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN DE PROGRAMA

VIOLENCIA Y ADICCIONES

LÍNEA DE ACCIÓN RSU

SALUD Y BIENESTAR

LIMA, PERÚ, MAYO DEL 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

Guerra Ynchicsana, S. K. (2024). *Adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una institución educativa secundaria de Villa María Del Triunfo* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú.

HOJA DE METADATOS

Datos del autor	
Nombres y apellidos	Sara Karina Guerra Ynchicsana
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	42393693
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0002-5091-3399
Datos del asesor	
Nombres y apellidos	Silvana Graciela Varela Guevara
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	47283514
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0002-3528-8548
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	Taniht Lisseth Cubas Romero
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	40724750
Secretario del jurado	
Nombres y apellidos	Karol Mabel Contreras Castro
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	70051011
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	Adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una institución educativa secundaria de Villa María Del Triunfo
Línea de investigación Institucional	Persona, Sociedad, Empresa y Estado.
Línea de investigación del Programa	Violencia y adicciones.
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. TANIHT LISSETH CUBAS ROMERO como presidenta, la MG. KAROL MABEL CONTRERAS CASTRO como secretaria y el MG. MAX HAMILTON CHAUCA CALVO como vocal, reunidos en acto público para dictaminar la tesis titulada:

ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA DE VILLA MARÍA DEL TRIUNFO

Presentado por la bachiller:
SARA KARINA GUERRA YNCHICSANA

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-Bueno** con una calificación de **CATORCE (14)**.

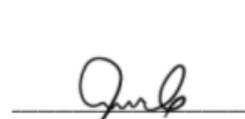
En fe de lo cual firman los miembros del jurado, el 09 de mayo del 2024.



PRESIDENTA
DRA. TANIHT LISSETH
CUBAS ROMERO



SECRETARIA
MG. KAROL MABEL
CONTRERAS CASTRO



VOCAL
MG. MAX HAMILTON
CHAUCA CALVO

ACTA DE APROBACIÓN DE ORIGINALIDAD

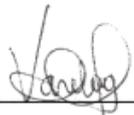
Yo Silvana Graciela Varela Guevara docente de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Autónoma del Perú, en mi condición de asesora de la tesis titulada:

Adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una institución educativa secundaria de Villa María Del Triunfo

De la bachiller Sara Karina Guerra Ynchicsana, 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, 26 de Octubre de 2024



Silvana Graciela Varela Guevara

DNI: 47283514



DEDICATORIA

A mis padres, esposo, y a mis hermosas niñas Almendra y Luciana, quienes día a día me inspiraron a seguir y no decaer en este camino que decidí emprender hace más de cinco años.

A mis abuelos, ya que siempre viven en mi recuerdo Eduarda y Basilio, sé que donde estén, están orgullosos por este logro y alegría que le doy a su hija Eva mi madre, gracias por el amor que siempre me dieron.

A mi tío Raúl, quien me dijo” serás una doctora, debes acabar tu carrera pase lo que pase” y yo le creí; no llegaste a verme como querías, pero sé que te sientes feliz desde el cielo.

Almendra, siempre recordaré que esta carrera fue nuestra, eras pequeña y me enseñaste tanto, gracias tesoro mío; Luciana, eres el amor más puro que puede existir, gracias por permitirme ser tu madre; hijas son mi vida entera, esta tesis es para ustedes, las amo.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a Dios por ser mi guía y mi fortaleza cada madrugada, cuando lloraba incesantemente y creer que ya no podía más, siento mucha gratitud ya que, sin él, esta tesis no hubiera sido posible, gracias por darme la fortaleza para no rendirme. A mis maestros, quienes con sus enseñanzas me ayudaron en mi formación académica e hicieron de este capítulo uno de los más bellos de mi vida y sobre todo por enseñarme el amor por esta bella carrera. A mi asesora la Dra. Silvana Varela Guevara por brindarme sus conocimientos y permitirme culminar esta investigación. Gracias a todas las personas que siempre me alentaron a seguir adelante y a brindarme su apoyo cuando lo necesité, gracias a la I.E. Tupac Amaru de Villa María del Triunfo por permitirme terminar esta bella etapa de mi investigación.

ÍNDICE

DEDICATORIA	2
AGRADECIMIENTOS.....	3
LISTA DE TABLAS	5
RESUMEN	6
ABSTRACT	7
RESUMO	8
I. INTRODUCCIÓN	9
II. MÉTODO	14
2.1. Tipo y diseño.....	14
2.2. Población, muestra y muestreo.....	14
2.3. Hipótesis	14
2.4. Variables y operacionalización.....	15
2.5. Instrumentos o materiales	15
2.6. Procedimientos.....	16
2.7. Análisis de datos	16
2.8. Aspectos éticos	16
III. RESULTADOS.....	17
IV. DISCUSIÓN.....	20
V. CONCLUSIONES.....	24
VI. RECOMENDACIONES.....	25
REFERENCIAS	
ANEXOS	

LISTA DE TABLAS

Tabla 1	Niveles de adicción a redes sociales y sus dimensiones
Tabla 2	Niveles de procrastinación académica y sus dimensiones
Tabla 3	Prueba de normalidad de adicción a redes sociales y procrastinación académica
Tabla 4	Correlación entre adicción a redes sociales y procrastinación académica
Tabla 5	Correlación entre adicción a redes sociales y las dimensiones de procrastinación académica
Tabla 6	Correlación entre procrastinación académica y las dimensiones de adicción a redes sociales

**ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y PROCRASTINACION ACADÉMICA EN
ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA DE VILLA
MARÍA DEL TRIUNFO**

SARA KARINA GUERRA YNCHICSANA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMEN

En este estudio se determinó la relación entre adicción a redes sociales y procrastinación académica. La metodología fue de tipo básico, de diseño no experimental. La población fue de 1688 estudiantes y se trabajó con una muestra de 368 que oscilan entre 11 a 18 años y que cursan de 1ro a 5to de secundaria de un colegio ubicado en Villa María del Triunfo. Para recolectar los datos se aplicó el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales – ARS de Ecurra y Salas (2014) y la Escala de Procrastinación Académica de Busko (1998). En los resultados se halló relación positiva y muy débil entre adicción a redes sociales y procrastinación académica ($\rho = .170$, $p < 0.01$), Además, se encontró correlación entre adicción a redes sociales con autorregulación académica ($\rho = -.206$) y postergación de actividades ($\rho = .154$), por otro lado, procrastinación académica se correlaciona con obsesión ($\rho = .171$) y uso excesivo ($\rho = .167$), pero no se correlacionó con falta de control personal ($p > 0.05$). De acuerdo con los estadísticos descriptivos, prevaleció el nivel promedio en adicción a redes sociales (55.2%) y procrastinación académica (50.8%).

Palabras clave: adicción, redes sociales, internet, procrastinación

ADDICTION TO SOCIAL NETWORKS AND ACADEMIC PROCRASTINATION IN STUDENTS OF A SECONDARY SCHOOL IN VILLA MARÍA DEL TRIUNFO

SARA KARINA GUERRA YNCHICSANA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

ABSTRACT

This study determined the relationship between social network addiction and academic procrastination. The methodology was basic, non-experimental design. The population was 1688 students and we worked with a sample of 368 students aged between 11 and 18 years old and studying from 1st to 5th year of secondary school in a school located in Villa María del Triunfo. To collect the data, the Social Network Addiction Questionnaire - ARS by Escurra and Salas (2014) and the Academic Procrastination Scale by Busko (1998) were applied. The results found a positive and very weak relationship between social network addiction and academic procrastination ($\rho = .170$, $p < 0.01$). In addition, a correlation was found between social network addiction and academic self-regulation ($\rho = -.206$) and procrastination ($\rho = .154$), on the other hand, academic procrastination correlated with obsession ($\rho = .171$) and excessive use ($\rho = .167$), but did not correlate with lack of personal control ($p > 0.05$). According to descriptive statistics, the average level of social network addiction (55.2%) and academic procrastination (50.8%) prevailed.

Keywords: addiction, social networks, internet, procrastination

**VÍCIO EM REDES SOCIAIS E PROCRASTINAÇÃO ACADÊMICA EM
ESTUDANTES DE UMA ESCOLA SECUNDÁRIA NA VILLA MARÍA DEL
TRIUNFO**

SARA KARINA GUERRA YNCHICSANA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMO

Este estudo determinou a relação entre o vício em redes sociais e a procrastinação acadêmica. A metodologia foi básica, com projeto não experimental. A população foi de 1.688 alunos e trabalhamos com uma amostra de 368 alunos com idade entre 11 e 18 anos e cursando do 1º ao 5º ano do ensino médio em uma escola localizada em Villa María del Triunfo. Para coletar os dados, foram aplicados o Social Network Addiction Questionnaire - ARS de Ecurra e Salas (2014) e a Escala de Procrastinação Acadêmica de Busko (1998). Os resultados encontraram uma relação positiva e muito fraca entre o vício em redes sociais e a procrastinação acadêmica ($\rho = .170, p < 0,01$). Além disso, foi encontrada uma correlação entre o vício em redes sociais e autorregulação acadêmica ($\rho = -.206$) e procrastinação ($\rho = .154$), por outro lado, a procrastinação acadêmica correlacionou-se com obsessão ($\rho = .171$) e uso excessivo ($\rho = .167$), mas não se correlacionou com a falta de controle pessoal ($p > 0,05$). De acordo com as estatísticas descritivas, prevaleceu o nível médio de dependência de redes sociais (55,2%) e procrastinação acadêmica (50,8%).

Palavras-chave: vício, redes sociais, Internet, procrastinação

I. INTRODUCCIÓN

De acuerdo con la American Broadcasting Company (ABC, 2019) hasta el 2019, los datos indican que las redes sociales sobrepasaban los 2 mil millones de navegantes en el mundo, destacando que América del Norte demuestra un porcentaje de 70% y Europa del 66%. Asimismo, destacan que el uso de 7 de las 11 plataformas sociales populares son un riesgo para la salud mental.

Según el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (Unicef, 2021), en España, unos 600,000 estudiantes de ESO podrían presentar un uso problemático de redes sociales, lo que afecta su rendimiento académico. Asimismo, se destaca que 4 de cada 10 adolescentes las utilizan para evitar la soledad. En cuanto a las plataformas más populares, WhatsApp tiene un 95% de usuarios, YouTube un 90.8%, Instagram un 79.9% y TikTok un 75.3%.

A nivel nacional, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2022) señala que el 97.4% de los hogares en Lima Metropolitana y el 92.4% en áreas rurales poseen teléfonos celulares, así mismo, la conexión a internet alcanza un 74.2% en zonas urbanas y un 46.6% en zonas rurales. Además, entre los 12 a 18 años, el 91.8% utiliza internet, de los cuales el 93.6% accede a través de sus dispositivos móviles.

La procrastinación afecta el logro académico de los estudiantes. Conforme con la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE, 2021), la tasa promedio de graduación secundaria es del 80.3%. Es más, algunos países superan este promedio, como Grecia (91%), Chile (90%) e Italia (90%). Sin embargo, otros presentan tasas inferiores, como Portugal (79%), España (75%), Alemania (73%), Suecia (70%), México (66%), Reino Unido (66%) y Brasil (65%).

En el Caribe y América Latina, el Banco Mundial (2021) advierte que 2 de cada 3 estudiantes de secundaria podrían caer por debajo del nivel mínimo de aprendizaje,

y el 71% de los alumnos de primero de secundaria no comprenderían un texto de extensión moderada. Además, menos del 62% de las escuelas secundarias tienen acceso a internet con fines pedagógicos, y se estima un aumento del 15% en las tasas de abandono escolar debido a estos efectos negativos.

A nivel nacional, el Ministerio de Educación (Minedu, 2021) estima que la reinserción educativa enfrenta grandes desafíos, ya que un 3% de los estudiantes interrumpió sus estudios. Entre las regiones más afectadas se encuentran Cajamarca, Piura, Lima Metropolitana, Áncash, Junín, Loreto, Lambayeque y Callao. Además, más de 124,000 escolares abandonaron sus estudios debido a factores como problemas familiares, de conectividad o económicos, de los cuales el 63% proviene de escuelas públicas, mientras que el 37.5% corresponde a instituciones privadas. Conforme a lo expuesto, se plantea la pregunta: ¿Cuál es la relación entre adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una institución educativa secundaria de Villa María del Triunfo?

Seguidamente, se detallan los antecedentes internacionales, entre ellos tenemos a Guamán y Ticsalema (2022) quienes hallaron relación positiva entre adicción a internet y procrastinación ($p < 0.05$) en 243 alumnos de Ecuador. Además, Zabala (2021) reportaron relación directa entre adicción a redes sociales y postergación de actividades ($r = .109$) en 75 alumnos de Colombia. Por su parte, Turel (2021) encontró relación directa entre procrastinación académica y el uso de los medios tecnológicos ($p < 0.05$) en escolares de Turquía.

De igual modo, se describen los antecedentes nacionales, en donde Yana et al. (2022) encontraron relación directa entre procrastinación y adicción a redes sociales ($r = .710$) en 1255 alumnos de Puno. Así mismo, Camacho (2022) halló relación entre adicción a redes sociales y procrastinación académica ($\rho = .197$) en

325 adolescentes de San Juan de Miraflores-Lima. Igualmente, Chamorro (2021) reportó relación entre adicción a redes sociales y procrastinación académica ($r=.299$) en 614 estudiantes de San Martín de Porres-Lima.

Por otro lado, las bases teóricas de la adicción a redes sociales describen este fenómeno como un patrón desadaptativo de conducta, caracterizado por la búsqueda constante de beneficios inmediatos (Vargas et al., 2021; Musetti et al., 2022; Weinstein, 2023). Este comportamiento se manifiesta en síntomas conductuales, afectivos y cognitivos alterados, y repercute en diversos entornos del sujeto (Martín y Medina, 2021; Verduyn et al., 2022; Kaur, 2022). Esta dependencia psicológica hacia plataformas como Facebook, YouTube e Instagram se caracteriza por un uso incontrolado, afectando gravemente las relaciones interpersonales y alimentando una necesidad continua de estímulos placenteros (Klimenko et al., 2021; Shannon et al., 2022; Rao y Kalyani, 2022).

El modelo teórico de Griffiths (2013) plantea que la adicción a las redes sociales puede compararse con los trastornos adictivos tradicionales, destacando que comparte características conductuales y efectos psicológicos similares a los observados en la ludopatía o el abuso de sustancias. Esta adicción se refleja en síntomas como la pérdida de control, el aumento progresivo del tiempo dedicado (tolerancia), la aparición de síntomas de abstinencia, la interferencia en las actividades cotidianas y la negación de los problemas. Además, el modelo sugiere que factores personales, sociales y tecnológicos desempeñan un rol relevante en el desarrollo de esta dependencia.

Según Ecurra y Salas (2014) la adicción a redes sociales se compone por tres dimensiones como la obsesión por las redes sociales, que implica una fijación constante y repetitiva en estas plataformas, generando pensamientos persistentes,

ansiedad y expectativas irreales; la falta de control personal, caracterizada por la incapacidad de regular el uso de redes sociales, lo que lleva a un comportamiento compulsivo que afecta el rendimiento académico, laboral y las relaciones personales; y, finalmente, uso excesivo, donde el individuo pierde la noción del tiempo, prefiriendo los beneficios virtuales, lo que resulta en un incremento progresivo del tiempo dedicado a las redes (Salas et al., 2020; Torres, 2021).

De igual manera, las bases teóricas de la procrastinación académica la definen como un comportamiento caracterizado por el aplazamiento constante e irracional de las responsabilidades escolares, posponiendo tareas en favor de actividades más atractivas o inmediatas (Estremadoiro y Schulmeyer, 2021; Asmali y Sayin, 2022; González et al., 2023). Este fenómeno está asociado a bajos rendimientos académicos, falta de motivación, hábitos de estudio inadecuados y problemas de autocontrol (Chérrez y Rodríguez, 2021; Salguero y Reyes, 2023; Frayon et al., 2023). Además, genera altos niveles de estrés y ansiedad, afectando la toma de decisiones, la autoeficacia y la autoestima académica, impactando tanto a nivel afectivo, cognitivo como conductual (Shaked y Altarac, 2022; Sudirman et al., 2023).

El modelo teórico-causal de Busko (1998) plantea la procrastinación académica desde una perspectiva conductual, vinculándola al deseo de perfección y logros académicos. Aunque en un inicio este comportamiento puede ayudar a reducir la ansiedad, el aplazamiento de las tareas acaba generando más ansiedad y temor al fracaso. Por ello, los estudiantes con menos autoexigencia suelen postergar sus responsabilidades académicas.

En cuanto las dimensiones de procrastinación académica, este compuesto por dos, en donde la autorregulación académica es la habilidad de planificar y administrar el tiempo, manteniendo la motivación y enfoque en las metas académicas, como

terminar tareas con anticipación, asistir a clases y prepararse con tiempo para los exámenes. Por otro lado, la postergación de actividades implica el hábito de aplazar tareas hasta el último momento, especialmente en cursos que resultan menos interesantes o motivadores, evitando lecturas y tareas que parecen menos beneficiosas (Álvarez, 2010; Domínguez et al., 2014; Trujillo et al., 2020; Trelles, 2022).

La investigación se justifica teóricamente al abordar dos variables clave que afectan el ámbito académico durante la adolescencia, basándose en avances científicos actuales y diferentes perspectivas teóricas. Metodológicamente, se utilizaron y validaron instrumentos psicométricos para medir dichas variables. A nivel aplicativo, los hallazgos obtenidos permiten proponer estrategias educativas, como programas psicoeducativos y talleres, que buscan redirigir la motivación de los estudiantes en redes sociales hacia un entorno académico más participativo, mejorando la integración social y la adaptabilidad ante las dificultades socioemocionales en la secundaria.

Con respecto a los objetivos, el general busca determinar la relación entre adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes. Así mismo, se proponen los específicos cómo: a) Identificar el nivel de adicción a redes sociales en estudiantes; b) Identificar el nivel de procrastinación académica en estudiantes; c) Establecer la relación entre adicción a redes sociales y las dimensiones de procrastinación académica en estudiantes; y d) Establecer la relación entre procrastinación académica y las dimensiones de adicción a redes sociales en estudiantes.

II. MÉTODO

2.1. Tipo y diseño

El tipo fue básico, ya que se buscó aportar información sobre las variables, basadas en teorías científicas que permitieron analizar los fenómenos en la población (Hernández y Mendoza, 2018). Además, el diseño es no experimental y transaccional, dado que los fenómenos se evaluaron en su estado natural, sin manipular las variables, y los datos se recolectaron en un único momento (Hernández et al., 2014).

2.2. Población, muestra y muestreo

La población fue finita integrado por 1688 escolares femeninos y masculinos con edades de 11 hasta 18 años, los cuales se encuentran en los grados de 1ro a 5to de secundaria de una unidad educativa localizado en Villa María del Triunfo, Lima - Perú. En cuanto la muestra, fue establecida a través de una formula estadística ($Z=97\%$, $e= 5\%$, $p=50\%$), dando como resultado 368 estudiantes.

El muestreo fue no probabilístico intencional, puesto que todos los sujetos de la población tienen la misma probabilidad de formar parte de la muestra (Otzen y Manterola, 2017). No obstante, solo se incluyeron a los escolares matriculados que firmen el consentimiento informado y completen correctamente los dos instrumentos. De lo contrario se excluyeron aquellos que no finalicen los instrumentos, no asistan el día de la evaluación o presenten alguna discapacidad física o mental.

2.3. Hipótesis

En la hipótesis general se propone: Existe relación entre adicción a redes sociales y procrastinación académica. Además, se plantean los específicos, cómo: (He1) Existe relación entre adicción a redes sociales y las dimensiones de procrastinación académica. (He2) Existe relación entre procrastinación académica y las dimensiones de adicción a redes sociales.

2.4. Variables y operacionalización

Adicción a redes sociales: Este constructo consta de 24 ítems y está distribuido en tres dimensiones, además, su medición es tipo Likert con puntajes directos, excepto el ítem 13 (Anexo 2).

Procrastinación académica: Se estructura en 12 ítems y se distribuye en dos dimensiones, adicionalmente posee una medición tipo Likert con calificación directa, a excepción del ítem 5 y 6 (Anexo 2).

2.5. Instrumentos o materiales

El Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) de Ecurra y Salas (2014) tiene como objetivo medir el nivel de dependencia y síntomas que genera las conductas adictivas hacia las redes sociales. Además, se administra de manera personalizada o en grupo, con una duración de 15 minutos para su desarrollo. En cuanto su psicometría, los autores realizaron la validez de estructura por análisis exploratorio ($KMO = .95$, $p < .001$, $VEA = 57.49\%$) y por análisis confirmatorio ($RMSEA = .04$, $RMR = .06$, $GFI = .93$), luego estimaron la confiabilidad de la escala ($\alpha = .95$). Adicionalmente, se analizó las propiedades psicométricas para este estudio, en donde se corroboró la validez de estructura por AFC ($CFI = 0.91$, $TLI = 0.90$, $SRMR = 0.06$, $RMSEA = 0.05$) y también se calculó la confiabilidad de la escala ($\alpha = .90$, $\omega = .91$).

La Escala de Procrastinación académica (EPA) de Busko (1998), adaptado por Mori (2019), tiene como propósito identificar el nivel de las conductas procrastinadoras del estudiante. Su administración es personalizado o grupal, y tiene un tiempo límite 15 minutos. Según su psicometría, Busko (1998) aplicó la confiabilidad de procrastinación general ($\alpha = .82$) y académica ($\alpha = .86$). Por otra parte, Mori (2019) efectuó la validez por análisis exploratorio ($KMO > .70$, $p < .01$, $VEA = 55\%$) y por análisis confirmatorio ($GFI = 0.95$, $RMSEA = 0.05$, $RMR = 0.03$, $CFI = 0.96$,

TLI=0.95), además, calculó la confiabilidad de la escala ($\alpha=.81$, $\omega=.81$). Del mismo modo, en este estudio se corroboró la validez por AFC (CFI= 0.94, TLI=0.92, SRMR= 0.06, RMSEA= 0.05) y se estimó la confiabilidad de la escala ($\alpha=.76$, $\omega=.78$).

2.6. Procedimientos

Primero, se contactó al director del centro de estudios para obtener permiso y, tras la aprobación, se gestionó una carta de presentación para formalizar el proceso. Luego, se coordinaron los horarios con los docentes para no interrumpir sus clases. Antes de la aplicación, se explicó a los estudiantes el objetivo del estudio y se entregó un consentimiento informado, indicando que su participación era opcional. Posteriormente, se dieron instrucciones sobre los instrumentos y se asignó un tiempo de 15 a 25 minutos para completarlos.

2.7. Análisis de datos

En el análisis estadístico se empleó el software Jamovi y Spss, en donde primero se analizó la psicometría de los instrumentos, luego, se identificaron los porcentajes de las categorías (niveles). Posteriormente, se calculó el test de normalidad (Kolmogorov Smirnov) para conocer la dispersión de los datos, los cuales no fueron homogéneos, es por ello que se aplicó el modelo no paramétrico (Rho).

2.8. Aspectos éticos

La información recopilada durante la evaluación es confidencial y de uso exclusivo para la investigación (Art. 5 de Ley de protección de datos 29733), conjuntamente, se tuvo en cuenta los principios de Helsinki, el cual protege sus derechos y salud durante la evaluación del estudio, adicionalmente, se respetaron los lineamientos de la universidad y formato APA 7ma edición, por último, se reportó el informe de similitud como evidencia de la originalidad.

III. RESULTADOS

Resultados descriptivos

Tabla 1

Niveles de adicción a redes sociales y sus dimensiones

Niveles	Obsesión		Falta de control		Uso excesivo		Adicción a redes sociales	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Bajo	100	27.2	79	21.5	84	22.8	78	21.2
Moderado	178	48.4	216	58.7	194	52.7	203	55.2
Alto	90	24.5	73	19.8	90	24.5	87	23.6
Total	368	100.0	368	100.0	368	100.0	368	100.0

En la tabla 1, se observan los niveles de adicción a las redes sociales y sus dimensiones en adolescentes, en donde predominaron los niveles moderados en las dimensiones como obsesión (48.4%), falta de control (58.7%) y uso excesivo (52.7%), así como también en la escala total de adicción a redes sociales con 55.2%.

Tabla 2

Niveles de procrastinación académica y sus dimensiones

Niveles	Autorregulación académica		Postergación de actividades		Procrastinación académica	
	f	%	f	%	f	%
Bajo	93	25.3	79	21.5	96	26.1
Moderado	204	55.4	207	56.3	187	50.8
Alto	71	19.3	82	22.3	85	23.1
Total	368	100.0	368	100.0	368	100.0

En la tabla 2, se presentan los niveles de procrastinación académica y sus dimensiones en adolescentes, en donde prevalecieron los niveles moderados en las dimensiones como autorregulación académica (55.4%) y postergación de tareas (56.3%), y también en la escala total de procrastinación académica con 50.8%.

Tabla 3*Prueba de normalidad de adicción a redes sociales y procrastinación académica*

Variables/Dimensiones	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	<i>p</i>
Adicción a redes sociales	0.065	368	0.00
Obsesión	0.100	368	0.00
Falta de Control personal	0.059	368	0.00
Uso excesivo	0.059	368	0.00
Procrastinación académica	0.067	368	0.00
Autorregulación académica	0.074	368	0.00
Postergación de actividades	0.184	368	0.00

Nota. gl=grado de libertad, *p*=probabilidad de significancia

En la tabla 12, se efectuó el análisis de normalidad de las variables con sus dimensiones, los cuales reportaron valores significativos inferiores a 0.05 ($p < 0.05$), esto indica que los datos no siguen una distribución homogénea, es por ello que, se empleó el modelo no paramétrico para resolver las hipótesis mediante el coeficiente de Spearman.

Contrastación de hipótesis**Tabla 4***Correlación entre adicción a redes sociales y procrastinación académica*

Variables	rho	<i>p</i>
Adicción a redes sociales - procrastinación académica	,170**	0.00

Nota. rho= Spearman, *p*= significancia

En la tabla 4, se reportó una correlación significativa entre adicción a redes sociales y procrastinación académica ($p=0.00$), además, fue positiva y con un grado muy débil ($\rho=.170$), esto indica que a mayor presencia de adicción a redes sociales se evidenciará conductas de procrastinación en las actividades académicas.

Tabla 5

Correlación entre adicción a redes sociales y las dimensiones de procrastinación académica

Variable	Dimensiones	n	rho	p
Adicción a redes sociales	Autorregulación académica	368	-,206**	0.00
	Postergación de actividades	368	,154**	0.00

Nota. rho= Spearman, p= significancia

En la tabla 5, se halló que adicción a redes sociales se correlaciona significativamente con autorregulación académica con una dirección inversa y de grado muy débil ($p=0.00$, rho= $-.206$), así mismo, adicción a redes sociales y postergación de tareas se asocian con una dirección directa y de grado muy débil ($p=0.00$, rho= $.154$), esto determina que un uso desmesurado hacia las redes sociales explicará una baja autorregulación académica y un aumento en la postergación de sus tareas.

Tabla 6

Correlación entre procrastinación académica y las dimensiones de adicción a redes sociales

Variable	Dimensiones	n	rho	p
Procrastinación académica	Obsesión a las redes sociales	368	,171**	0.00
	Falta de control personal	368	.096	0.07
	Uso excesivo	368	,167**	0.00

Nota. rho= Spearman, p= significancia

En la tabla 6, se encontró que procrastinación académica se correlaciona significativamente ($p<0.05$) con obsesión por las redes sociales (rho= $.171$) y uso excesivo (rho= $.167$) con direcciones positivas y con magnitudes muy débiles, sin embargo, procrastinación no se correlacionó estadísticamente con falta de control personal ($p>0.05$), por lo tanto, a medida que aumente la procrastinación académica se presentará mayor obsesión y uso excesivo por las plataformas sociales.

IV. DISCUSIÓN

Este análisis tuvo como propósito determinar la relación entre adicción a redes a redes sociales y procrastinación académica en alumnos. En el hallazgo principal se halló correlación positiva con fuerza muy débil entre las variables ($\rho = .170$), Esto indica que los estudiantes que hacen un uso inadecuado de las redes sociales suelen posponer sus responsabilidades académicas constantemente.

Estos resultados coinciden con los estudios nacionales de Yana et al. (2022), Camacho (2022) y Chamorro (2021), quienes hallaron una correlación positiva entre adicción a redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de diversos colegios de Perú. Por su parte, Guamán y Ticsalema (2022) encontraron que adicción a internet se asocia positivamente con procrastinación en adolescentes ecuatorianos, además, Turel (2021) determinó que la procrastinación guarda una correlación positiva con el uso de medios tecnológicos en adolescentes de Turquía.

En base a ello, el modelo teórico de Salas y Escurra (2014) refiere que la conexión continua, creación de contenido y estado de alerta ante notificaciones para interactuar prolongadamente trae como consecuencia el descuido personal, académico y familiar, además, esta dependencia puede ocasionar distracciones y obstáculos para mantener el enfoque en las responsabilidades académicas, lo que lleva a un aplazamiento constante de responsabilidades.

En el primer objetivo específico, se reveló que un gran porcentaje de alumnos que manifiestan nivel moderados de adicción a redes sociales (55.2%) y en obsesión (48.4%), falta de control (58.7%) y uso excesivo (52.7%), esto indica que el estudiante según la obsesión posee un enfoque desproporcionado y una dedicación frecuente hacia las redes sociales. Así mismo, en la falta de control se evidencia dificultad para limitar o regular el tiempo invertido a las redes sociales. Además, en el uso excesivo,

los estudiantes poseen un consumo prolongado y frecuente de las redes sociales. En términos generales, los adolescentes tienen una alta probabilidad de experimentar dificultades asociadas a las redes sociales como una obsesión, dificultades para ejercer control sobre su uso y un consumo excesivo.

Dichos hallazgos, guardan similitud con Camacho (2022) quien encontró mayor porcentaje de estudiantes adolescentes con niveles moderados de adicción a redes sociales (71.7%), de la misma manera, Chamorro (2021) identificó que el 49% de los adolescentes manifiestan niveles moderados ante el uso de las redes sociales.

Conforme a lo hallado, Salas y Ecurra (2014) bajo su constructo teórico, refieren que los sujetos con niveles moderados tienen una inclinación hacia el uso excesivo y la dependencia de las redes sociales, sin llegar a alcanzar niveles preocupantes, además, mantienen un cierto grado de control y equilibrio para estar conectado, sin embargo, es importante monitorear sus patrones debido a que la adicción a impacta negativamente en el bienestar.

En el segundo objetivo específico, se identificó mayor porcentaje de estudiantes con niveles moderados de procrastinación académica (50.8%) y en sus dimensiones cómo autorregulación (55.4%) y postergación de tareas (56.3%). Esto significa que, en autorregulación académica, los adolescentes suelen gestionar con regularidad su tiempo para organizarse, en cuanto la postergación, los alumnos posponen frecuentemente sus tareas académicas, priorizando otras actividades. En conclusión, un nivel moderado de procrastinación no tiene consecuencias académicas inmediatas, pero puede ser un indicio de un comportamiento que, si no se corrige, afectará académicamente al escolar.

Los datos obtenidos, coinciden con Camacho (2022) quien encontró un mayor índice de estudiantes con niveles moderados de procrastinación académica (53.3%),

así mismo, Chamorro (2021) estudió a una muestra de adolescentes, de los cuales el 48% evidencian niveles moderados de procrastinación.

De acuerdo a este hallazgo, Busko (1998) refiere que en el nivel moderado se experimenta cierta tendencia a posponer tareas, pero logran cumplir con sus responsabilidades académicas dentro de plazos permitidos; además, indica que es posible que el estudiante se sienta más motivado y eficiente cuando se acerca el plazo de entrega o cuando está bajo presión.

En el tercer objetivo específico, se reportó que adicción a redes sociales se relaciona negativamente con autorregulación académica ($\rho = -.206$) con un grado muy débil, sin embargo, con postergación se encontró una correlación positiva y de fuerza muy débil ($\rho = .154$), esto determina que, los alumnos que hacen un uso desmedido del internet, presentaran una falta de capacidad para cumplir sus metas educativas, planificar, organizar su tiempo de estudio y controlar sus distracciones enfocándose en su trabajo escolar, así mismo, los estudiantes también son propensos a manifestar conductas de aplazamiento o retraso en sus tareas académicas, teniendo un impacto negativo en su desempeño, motivación y rendimiento escolar.

Estos datos se asimilan al estudio de Zabala (2021) quien encontró correlación positiva entre adicción a redes sociales y postergación de actividades en adolescentes de Colombia, así mismo, Yana et al. (2022) hallaron que adicción a redes sociales se correlaciona positivamente con las dimensiones de procrastinación como autorregulación académica y postergación de actividades en adolescentes peruanos, por su parte, Camacho (2022) reportaron relación positiva entre adicción a redes sociales y autorregulación académica en adolescentes de Lima.

Por tanto, este patrón de comportamiento compulsivo hacia las redes sociales, en donde existe dificultad para controlar el tiempo y su permanencia, repercute

dificultando la planificación, motivación y organización de sus actividades académicas, además, tienden a aplazar repetidamente sus tareas importantes generando malos hábitos personales y académicos (Estremadoiro y Schulmeyer, 2021; Busko, 1998).

En el cuarto objetivo específico, la procrastinación académica guarda correlación positiva con obsesión por las redes sociales ($\rho=.171$) y uso excesivo ($\rho=.167$), sin embargo, no se asoció con falta de control personal ($p>0.05$), estos hallazgos significan que, los adolescentes que evidencien conductas procrastinadoras en sus actividades y responsabilidades educativas, son propensos a mostrar un fuerte compulsión y dedicación desmedida hacia las plataformas de redes sociales, así como un uso prolongado y frecuente de ellas sin establecer límites en el tiempo dedicado a su uso.

Estos hallazgos se asemejan a Camacho (2022) quien evaluó a adolescentes de lima, en donde halló una correlación directa entre procrastinación académica y las dimensiones de adicción a redes sociales como obsesión y uso excesivo, pero no se correlacionó con falta de control, de la misma manera, Yana et al. (2022) y Chamorro (2021) reportaron correlación positiva entre procrastinación académica con obsesión a las redes sociales, falta de control personal y uso excesivo en adolescentes de lima.

En base a lo hallado, se concluye que los estudiantes que tienen la tendencia constante de retrasar de forma significativa y frecuente las tareas académicas cruciales, son propensos a presentar impulsos descontrolados o una necesidad de estar conectado en las redes sociales, además, le dedica una cantidad ilimitada de horas al día descuidando otras actividades y generando un patrón de conducta desadaptativa (Vargas et al., 2021, Escurra y Salas, 2014).

V. CONCLUSIONES

1. Existe relación positiva con grado muy débil entre adicción a redes sociales y procrastinación ($\rho=.170$; $p<0.01$), por lo tanto, entre mayor conducta adictiva presente el estudiante hacia las redes sociales es más probable que aplaze sus responsabilidades académicas.
2. Se encontró que la mitad de lo evaluados presentan niveles moderados de adicción a redes sociales (55.2%), además, una quinta parte evidencian una escasa implicación con las redes sociales (21.2%) y un aproximado a la cuarta parte presentan signos o síntomas de adicción por estar conectado (23.6%).
3. Se identificó que cinco de diez estudiantes aplazan sus trabajos académicos (50.8%), así mismo, la cuarta parte evidencia un nivel reducido de dilación en tareas académicas (26.1%) y casi la cuarta parte tiene el hábito recurrente de procrastinar en sus actividades escolares (23.1%).
4. Existe relación inversa con fuerza muy débil entre adicción a redes sociales y autorregulación académica ($\rho= -.206$, $p<0.01$), así mismo, existe relación positiva con fuerza muy débil entre adicción a redes sociales y postergación de tareas ($\rho=.154$, $p<0.01$). Esto determina que la presencia de adicción hacia las redes sociales explica un menor nivel de autorregulación y una mayor frecuencia de postergación sus actividades.
5. Existe relación positiva y muy débil entre procrastinación académica con obsesión por las redes sociales ($\rho= .171$, $p<0.01$) y uso excesivo ($\rho=.167$, $p<0.01$), sin embargo, no se correlacionó con falta de control personal ($p>0.05$), esto indica que un elevado grado de procrastinación académica explica la presencia de la obsesión y uso excesivo de las redes sociales.

VI. RECOMENDACIONES

1. Implementar intervenciones personalizadas que aborden tanto la adicción a las redes sociales como la procrastinación académica en alumnos. Estas intervenciones deben incluir conciencia y educación sobre los efectos negativos, gestión del tiempo, estrategias de autorregulación, apoyo social, y establecimiento de recompensas y consecuencias. Cabe resaltar que es fundamental considerar las necesidades individuales de cada estudiante y abordar los factores emocionales y motivacionales relacionados.
2. Desarrollar talleres o charlas de concienciación sobre el uso responsable de las redes sociales dirigido a apoderados y alumnos, con el objetivo de brindar información sobre los posibles riesgos asociados y promoviendo estrategias de autorregulación.
3. Fomentar la conciencia sobre las consecuencias de la procrastinación y promover el desarrollo de hábitos de estudio, así mismo, se debe brindar apoyo individualizado, a través de asesoramiento académico y seguimiento, esto puede ser beneficioso para ayudar a los estudiantes a superar la procrastinación y lograr un rendimiento académico más satisfactorio.
4. Incorporar programas de entrenamiento en autorregulación en horas de tutoría, los cuales incluyan estrategias de establecimiento de metas, planificación y gestión del tiempo. Además, es importante ofrecer educación y concienciación sobre las repercusiones negativas de la adicción a las redes sociales en el rendimiento académico.
5. Se sugiere a los futuros investigadores examinar los factores subyacentes que contribuyen a esta relación, así como explorar estrategias de intervención más efectivas para abordar las variables de estudio en escolares.

REFERENCIAS

- Álvarez, O. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Persona: Revista de la Facultad de Psicología*, 1(13), 159-177.
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3646976.pdf>
- American Broadcasting Company (2019, marzo 7). *El impacto de internet en la salud mental de los jóvenes ya es cuantificable*. ABC.
https://www.abc.es/familia/padres-hijos/abci-impacto-internet-salud-mental-jovenes-cuantificable-201903070215_noticia.html
- Asmali, M., & Sayin, S. (2022). Academic Procrastination in Language Learning: Adolescent Learners' Perspectives. *Acuity: Journal of English Language Pedagogy, Literature and Culture*, 7(2), 220-235.
<https://jurnal.unai.edu/index.php/acuity/article/view/2637>
- Banco Mundial. (2021). *Actuemos ya para Proteger el Capital Humano de Nuestros Niños: Los Costos y la Respuesta ante el Impacto de la Pandemia de COVID-19 en el Sector Educativo de América Latina y el Caribe*.
<https://openknowledge.worldbank.org/handle/10986/35276?locale-attribute=es>
- Busko, D. (1998). *Causas y consecuencias del perfeccionismo y la procrastinación: Un modelo de ecuación estructural* [Tesis doctoral, Universidad de Guelph]. Repositorio de la Universidad de Guelph.
https://atrium.lib.uoguelph.ca/xmlui/bitstream/handle/10214/20169/Busko_DeborahA_MA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Camacho, M. (2022). *Adicción a redes sociales y procrastinación académica en adolescentes escolares de San Juan de Miraflores, 2021* [Tesis de pregrado,

Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/1784>

Chamorro, V. (2021). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de instituciones educativas públicas en San Martín de Porres* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/1872>

Chérrez, C., & Rodríguez, M. (2021). Procrastinación académica y su relación con la ansiedad. *Revista Eugenio Espejo*, 15(3), 16-28. <http://scielo.senescyt.gob.ec/pdf/ree/v15n3/2661-6742-ree-15-03-00003.pdf>

Domínguez, S., Villegas, G., & Centeno, S. (2014). Procrastinación académica: validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. *Liberabit*, 20(2), 293-304.

Escurra, M., & Salas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). *Liberabit*, 20(1), 73-91. <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n1/a07v20n1.pdf>

Estremadoiro, B., & Schulmeyer, M. (2021). Procrastinación académica en estudiantes universitarios. *Revista Aportes de la Comunicación y la Cultura*, (30), 51-66. http://www.scielo.org.bo/pdf/racc/n30/n30_a04.pdf

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (Unicef, 2021). *Impacto de la tecnología en la adolescencia*. https://www.unicef.es/sites/unicef.es/files/comunicacion/Res_Ejec_Impacto_de_la_tecnologia_en_la_adolescencia.pdf

Frayon, S., Swami, V., Wattelez, G., Nedjar, A., & Galy, O. (2023). An examination of procrastination in a multi-ethnic population of adolescents from New

<https://link.springer.com/article/10.1186/s40359-022-01032-y>

González, M., Sánchez, A., & López, M. (2023). Academic procrastination in children and adolescents: A Scoping review. *Children*, 10(6), 1016. <https://www.mdpi.com/2227-9067/10/6/1016>

Griffiths, M. (2013). Adicción a las redes sociales: temas y problemas emergentes. *Revista de Investigación y Terapia de Adicciones*, 4(5).

Guamán, E., & Ticsalema, M. (2022). *Relación entre la adicción al internet y la procrastinación académica en los y las adolescentes de 15 a 18 años, de la Unidad Educativa Municipal "Calderón", en la ciudad de Quito, durante el año 2021* [Tesis de pregrado, Universidad Central del Ecuador]. Repositorio de la Universidad Central del Ecuador. <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/26233/1/FIL-PEO-GUAMAN%20ERIKA%2C%20TICSALEMA%20MARITZA.pdf>

Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Mc Graw Hill. <https://www.worldcat.org/title/metodologia-de-la-investigacion/oclc/1048787036?referer=di&ht=edition#borrow>

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación*. (6ª ed.). Mc Graw Hill. <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>

Instituto Nacional de Estadística e informática. (INEI, 2022). *Estadísticas de las Tecnologías de Información y Comunicación en los Hogares*. Informe Técnico.

<https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/03-informe-tecnico-abr-may-jun-2022.pdf>

Kaur, S., Kaur, K., & Verma, R. (2022). Impact of social media on mental health of adolescents. *Journal of Pharmaceutical Negative Results*, 779-783.
<https://pnrjournal.com/index.php/home/article/download/2441/2090>

Klimenko, O., Cataño, Y., Otálvaro, I., & Úsuga, S. (2021). Riesgo de adicción a redes sociales e internet y su relación con habilidades para la vida y socioemocionales en una muestra de estudiantes de bachillerato del municipio de Envigado. *Psicogente*, 24(46),123-155.
<http://www.scielo.org.co/pdf/psico/v24n46/0124-0137-psico-24-46-123.pdf>

Martín, D., & Medina, M. (2021). Redes sociales y la adicción al like de la generación z. *Revista de Comunicación y Salud*, 11, 55-76.
<https://www.revistadecomunicacionysalud.es/index.php/rcys/article/view/281/264>

Ministerio de Educación. (MINEDU, 2021). *124,533 estudiantes interrumpieron su educación en el 2021 debido a la pandemia*. Gobierno del Perú.
<https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/607069-124-533-estudiantes-interrumpieron-su-educacion-en-el-2021-debido-a-la-pandemia>

Mori, R. (2019). *Propiedades psicométricas de la Escala de Procrastinación en estudiantes de instituciones educativas de San Martín de Porres, Lima 2019* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo.
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/41444/Mori_MRI.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Musetti, A., Manari, T., Billieux, J., Starcevic, V., & Schimmenti, A. (2022). Problematic social networking sites use and attachment: A systematic review. *Computers in Human Behavior, 131*, 107199.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563222000218>
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos. (OCDE, 2021). *Panorama de la educación. Indicadores de la OCDE 2021*. Informe español.
<https://www.educacionyfp.gob.es/inee/dam/jcr:3922aacd-04c0-45ac-b8d4-4aebb9b96ab5/panorama-2021-papel.pdf>
- Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International journal of morphology, 35(1)*, 227-232.
https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-95022017000100037&script=sci_arttext&lng=pt
- Rao, B., & Kalyani, V. (2022). A study on positive and negative effects of social media on society. *Journal of Science & Technology (JST), 7(10)*, 46-54.
<https://jst.org.in/index.php/pub/article/view/883>
- Salas, E., Copez, A., & Merino, C. (2020). ¿ REALMENTE ES DEMASIADO CORTO? VERSIÓN BREVE DEL CUESTIONARIO DE ADICCIÓN A REDES SOCIALES (ARS-6). *Health & Addictions/Salud y Drogas, 20(2)*.
https://www.researchgate.net/profile/Edwin-Salas-2/publication/343497883_Realmente_es_demasiado_corto_Version_breve_d_el_cuestionario_de_adiccion_a_redes_sociales_ARS-6/links/5f3acb81299bf13404cc005c/Realmente-es-demasiado-corto-Version-breve-del-cuestionario-de-adiccion-a-redes-sociales-ARS-6.pdf

- Salguero, M., & Reyes, S. (2023). Interventions to reduce academic procrastination: A systematic review. *International Journal of Educational Research*, 121, 102-228. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0883035523000927>
- Shaked, L., & Altarac, H. (2022). Exploring academic procrastination: Perceptions, self-regulation, and consequences. *Journal of University Teaching & Learning Practice*, 19(3), 15. <https://ro.uow.edu.au/jutlp/vol19/iss3/15/>
- Shannon, H., Bush, K., Villeneuve, P., Hellemans, K., & Guimond, S. (2022). Problematic social media use in adolescents and young adults: systematic review and meta-analysis. *JMIR mental health*, 9(4), 333-450. <https://mental.jmir.org/2022/4/e33450/>
- Sudirman, S., Reza, F., Yusri, N., Rina, R., & Bah, M. (2023). Putting off until tomorrow: academic procrastination, perfectionism, and fear of failure. *International Journal of Islamic Educational Psychology*, 4(1), 136-153. <https://journal.umy.ac.id/index.php/ijiep/article/view/17576>
- Torres, S. (2021). *Propiedades psicométricas del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) en estudiantes de nivel secundario de Lima norte, 2021* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/70513>
- Trelles, U. (2022). *Propiedades psicométricas de la escala de procrastinación académica (EPA) en adolescentes de una institución educativa de La Molina, 2021* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/91915>
- 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.

<https://revistadepsicologiayeducacion.es/pdf/189.pdf>

Turel, Y. (2021). Use of media and technology, academic procrastination, and academic achievement in adolescence. *Participatory Educational Research, 9*(2), 481-497. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/1826251>

Vargas, M., Parra, M., Cortez, W., & Vargas, R. (2021). Hábitos de acceso y adicción a redes sociales virtuales en estudiantes de secundaria de Unidades Educativas de Sucre. *Current Opinion Nursing & Research, 3*(1), 4-15. <http://190.181.40.248/index.php/CONR/article/view/681/665>

Verduyn, P., Gugushvili, N., & Kross, E. (2022). Do social networking sites influence well-being? The extended active-passive model. *Current Directions in Psychological Science, 31*(1), 62-68. <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/09637214211053637>

Weinstein, A. (2023). Problematic social networking site use-effects on mental health and the brain. *Frontiers in psychiatry, 13*, 110-600. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsy.2022.1106004/full>

Yana, M., Adco, D., Alanoca, R., & Coila, M. (2022). Adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en adolescentes peruanos en tiempos de coronavirus Covid-19. *Revista electrónica interuniversitaria de formación del profesorado, 25*(2), 129-143. <https://revistas.um.es/reifop/article/view/513311>

Zabala, S. (2021). *Ansiedad, síntomas de adicción a las redes sociales y procrastinación en adolescentes de colegios públicos de Villavicencio* [Tesis de pregrado, Universidad Santo Tomás]. Repositorio de la Universidad Santo Tomás.

<https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/33756/2021sarazabala.pdf?sequence=6&isAllowed=y>

ANEXOS

ANEXO 1: Matriz de consistencia

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Metodología
<p>¿Cuál es la relación entre adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una institución educativa secundaria de Villa María del Triunfo?</p>	<p>General Determinar la relación entre adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una institución educativa secundaria de Villa María del Triunfo.</p> <p>Específicos</p> <p>a) Identificar el nivel de adicción a redes sociales en estudiantes de una institución educativa secundaria de Villa María del Triunfo.</p> <p>b) Identificar el nivel de procrastinación académica en estudiantes de una institución educativa secundaria de Villa María del Triunfo.</p> <p>c) Establecer la relación entre adicción a redes sociales y las dimensiones de procrastinación académica en estudiantes de una institución educativa secundaria de Villa María del Triunfo.</p> <p>d) Establecer la relación entre procrastinación académica y las dimensiones de adicción a redes sociales en estudiantes de una institución educativa secundaria de Villa María del Triunfo.</p>	<p>General Existe relación entre adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una institución educativa secundaria de Villa María del Triunfo.</p> <p>Específicos</p> <p>a) Existe relación entre adicción a redes sociales y las dimensiones de procrastinación académica en estudiantes de una institución educativa secundaria de Villa María del Triunfo.</p> <p>b) Existe relación entre procrastinación académica y las dimensiones de adicción a redes sociales en estudiantes de una institución educativa secundaria de Villa María del Triunfo.</p>	<p>Adicción a redes sociales D1: Obsesión personal D2: Falta de control D3: Uso excesivo</p> <p>Procrastinación académica D1: Autorregulación académica D2: Postergación de actividades</p>	<p>Tipo: Básico</p> <p>Diseño: No experimental</p> <p>Población: 1688 alumnos de secundaria.</p> <p>Muestra: 368 alumnos.</p> <p>Muestreo: No probabilístico intencional.</p> <p>Instrumentos:</p> <p>1. Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) de Ecurra y Salas (2014).</p> <p>2. Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko (1998).</p>

ANEXO 2: Operacionalización de las variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala
Adicción a redes sociales	Es un problema conductual caracterizado por el uso excesivo y compulsivo, que afecta la salud y las relaciones personales (Escurra y Salas, 2014)	Los valores totales y por dimensiones se obtienen mediante la estructura del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales – ARS.	Obsesión	<ul style="list-style-type: none"> •Tiempo de acceso •Estado de ánimo •Relaciones interpersonales 	Ordinal
			Falta de control personal	<ul style="list-style-type: none"> • Tiempo en conexión. •Intensidad •Concurrente 	
			Uso excesivo	<ul style="list-style-type: none"> •Necesidad de mantenerse en línea •Cantidad de veces conectado 	
Procrastinación académica	Es la tendencia a retrasar o posponer las tareas escolares, aun sabiendo que esto puede afectar negativamente el rendimiento académico y la satisfacción personal (Busko, 1998).	Los valores totales y por dimensiones se obtienen mediante la estructura de la Escala de Procrastinación Académica - EPA.	Autorregulación académica	<ul style="list-style-type: none"> •Conocer •Controlar •Regular cogniciones •Motivaciones •Comportamiento 	Ordinal
			Postergación de actividades	<ul style="list-style-type: none"> •Suspensión de actividades •Cognitivo •Conductual 	

ANEXOS 3: Instrumentos de medición

CUESTIONARIO DE ADICCIÓN A REDES SOCIALES – ARS

Salas y Ecurra (2014)

A continuación, se presentan 24 ítems referidos al uso de las redes sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existe respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas. Marque un aspa (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piensa o hace:

S= Siempre; CS=Casi siempre; AV= Algunas veces; RV= Rara vez; N=Nunca

N°	ítem	Respuestas				
		S	CS	AV	RV	N
1	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales					
2	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales					
3	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.					
4	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.					
5	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.					
6	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.					
7	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.					
8	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.					
9	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.					
10	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.					

11	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.					
12	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.					
13	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.					
14	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.					
15	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.					
16	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.					
17	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.					
18	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.					
19	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.					
20	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.					
21	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.					
22	Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.					
23	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).					
24	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social					

ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EPA

A continuación, se presenta una serie de enunciados sobre sus actividades académicas. 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 fases teniendo en cuenta las siguientes alternativas:

NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
N	CN	AV	CS	S

N°	items	N	CN	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 aun 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 4: Propiedades psicométricas de adicción a redes sociales

Validez de estructura por análisis factorial confirmatorio (AFC)

Índices de ajuste de adicción a redes sociales

χ^2	df	p	CFI	TLI	SRMR	RMSEA
344	248	< .001	0.91	0.90	0.06	0.05

Matriz de estructura de adicción a redes sociales

Dimensión	Ítem	Estimate	SE	Z	p	Stand. Estimate
Obsesión	ARSítem2	0.68	0.089	7.71	< .001	0.60
	ARSítem3	0.65	0.091	7.17	< .001	0.57
	ARSítem5	0.78	0.109	7.18	< .001	0.57
	ARSítem6	0.77	0.097	7.91	< .001	0.62
	ARSítem7	0.74	0.097	7.64	< .001	0.60
	ARSítem13	0.36	0.101	3.55	< .001	0.30
	ARSítem15	0.83	0.092	9.02	< .001	0.68
	ARSítem19	0.85	0.099	8.65	< .001	0.66
	ARSítem22	0.74	0.103	7.16	< .001	0.56
ARSítem23	0.72	0.108	6.65	< .001	0.53	
Falta de control personal	ARSítem4	0.80	0.112	7.19	< .001	0.57
	ARSítem11	0.65	0.094	6.93	< .001	0.54
	ARSítem12	0.29	0.128	2.26	0.02	0.20
	ARSítem14	0.49	0.102	4.78	< .001	0.39
	ARSítem20	0.75	0.098	7.69	< .001	0.60
	ARSítem24	0.65	0.112	5.84	< .001	0.47
Uso excesivo	ARSítem1	0.67	0.087	7.73	< .001	0.60
	ARSítem8	0.70	0.105	6.67	< .001	0.53
	ARSítem9	0.47	0.118	3.98	< .001	0.33
	ARSítem10	0.82	0.097	8.44	< .001	0.64
	ARSítem16	0.89	0.099	8.96	< .001	0.68
	ARSítem17	0.80	0.098	8.14	< .001	0.63
	ARSítem18	0.64	0.106	6.06	< .001	0.49
	ARSítem21	0.59	0.102	5.79	< .001	0.47

Confiabilidad por consistencia interna

Confiabilidad de adicción a redes sociales

Dimensiones/Variables	α	ω
Obsesión	.83	.83
Falta de control personal	.64	.65
Uso excesivo	.76	.77
Escala total	.90	.91

ANEXO 5: Propiedades psicométricas de procrastinación académica

Validez de estructura por análisis factorial confirmatorio (AFC)

Índices de ajuste de procrastinación académica

χ^2	df	p	CFI	TLI	SRMR	RMSEA
73.6	52	0.03	0.94	0.92	0.06	0.05

Matriz de estructura de procrastinación académica

Factor	ítem	Estimate	SE	Z	p	Stand. Estimate
Autorregulación académica	EPAítem2	0.49	0.092	5.27	< .001	0.44
	EPAítem3	0.55	0.104	5.25	< .001	0.44
	EPAítem4	0.27	0.119	2.26	0.02	0.20
	EPAítem5	0.83	0.085	9.73	< .001	0.76
	EPAítem8	0.73	0.095	7.70	< .001	0.65
	EPAítem9	0.59	0.091	6.47	< .001	0.53
	EPAítem10	0.71	0.086	8.24	< .001	0.64
	EPAítem11	0.72	0.091	7.93	< .001	0.63
EPAítem12	0.67	0.110	6.11	< .001	0.51	
Postergación de actividades	EPAítem1	0.32	0.089	3.61	< .001	0.31
	EPAítem6	0.94	0.173	5.47	< .001	0.84
	EPAítem7	0.83	0.160	5.16	< .001	0.70

Confiabilidad por consistencia interna

Confiabilidad de procrastinación académica

Dimensiones/VARIABLES	α	ω
Autorregulación académica	0.76	0.78
Postergación de actividades	0.74	0.74
Escala total	0.76	0.78

ANEXO 6: Permiso del autor

Permiso Recibidos x



SARA KARINA GUERRA YNCHICSANA <sguerray@autonomia.edu.pe>
para 200220030 ▾

21:16 (hace 0 minutos) ☆ ↶ ⋮

Saludos.

Me presento;

Mi nombre es Guerra Ynchicsana Sara Karina, estudiante de la Universidad Autónoma del Perú, actualmente estoy realizando mi investigación para optar el grado de licenciada en psicología.

En primer lugar, Le felicito por su investigación, así mismo, deseo solicitarle el permiso y autorización del instrumento para aplicarlo en una muestra de adolescentes, cabe resaltar que se respetarán los derechos del autor.

Espero atentamente su respuesta.

Atte: Guerra Ynchicsana Sara Karina



1 de 34 < > Es ▾

(sin asunto)



SARA KARINA GUERRA YNCHICSANA <sguerray@autonomia.edu.pe>
para mescurra ▾

21:12 (hace 0 minutos) ☆ ↶ ⋮

Saludos.

Me presento;

Mi nombre es Sara Karina Guerra Ynchicsana, estudiante de la Universidad Autónoma del Perú, actualmente estoy realizando mi investigación para optar el grado de licenciada en psicología.

En primer lugar, Le felicito por su investigación, así mismo, deseo solicitarle el permiso y autorización del instrumento para aplicarlo en una muestra de adolescentes, cabe resaltar que se respetarán los derechos del autor.

Espero atentamente su respuesta.

Atte: Sara Karina Guerra Ynchicsana

ANEXO 7: Características de la muestra

Distribución de la muestra de estudio

		<i>f</i>	%
Sexo	Femenino	206	56.0
	Masculino	162	44.0
	Total	368	100.0
Edad	12	21	5.7
	13	56	15.2
	14	75	20.4
	15	66	17.9
	16	117	31.8
	17	23	6.3
	18	10	2.7
	Total	368	100.0

Nota. *f*=frecuencias, %=porcentajes