



Autónoma
Universidad Autónoma del Perú

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

TESIS

ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN
ESCOLARES DEL NIVEL SECUNDARIA DE LIMA SUR

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

AUTORA

LIZBETT MIRTHA ARROYO ORE (ORCID: 0000-0003-3059-0008)

ASESORA

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

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN DE PROGRAMA

PROBLEMAS RELACIONADOS AL ÁMBITO EDUCATIVO

LÍNEA DE ACCIÓN RSU

SALUD Y BIENESTAR

LIMA, PERÚ, MAYO 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

Arroyo Ore, L. M. (2024). *Adicción a redes sociales y procrastinación académica en escolares del nivel secundaria de Lima Sur* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú.

HOJA DE METADATOS

Datos del autor	
Nombres y apellidos	Lizbett Mirtha Arroyo Ore
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	70243144
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0003-3059-0008
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	Nancy Mercedes Capayacchi Otarola
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	07744273
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	Marcela Doris Quispe Ledesma
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	09458665
Datos de la investigación	
Título de la investigación	Adicción a redes sociales y procrastinación académica en escolares del nivel secundaria de Lima Sur
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. NANCY MERCEDES CAPAYACCHI OTAROLA como presidenta, el MG. JAVIER JESUS VIVAR BRAVO como secretario y la MG. MARCELA DORIS QUISPE LEDESMA como vocal, reunidos en acto público para dictaminar la tesis titulada:

**ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN
ESCOLARES DEL NIVEL SECUNDARIA DE LIMA SUR**

Presentado por la bachiller:

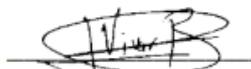
LIZBETT MIRTHA ARROYO ORE

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 14 de mayo del 2024.



PRESIDENTA
DRA. NANCY MERCEDES
CAPAYACCHI OTAROLA



SECRETARIO
MG. JAVIER JESUS VIVAR
BRAVO



VOCAL
MG. MARCELA DORIS
QUISPE LEDESMA

ACTA DE APROBACIÓN DE ORIGINALIDAD

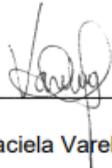
Yo Silvana Graciela Varela Guevara docente de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Autónoma del Perú, en mi condición de asesora de la tesis titulada:

Adicción a redes sociales y procrastinación académica en escolares del nivel secundaria de Lima Sur

De la bachiller Lizbett Mirtha Arroyo Ore, 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, 1 de octubre de 2024



Silvana Graciela Varela Guevara

DNI: 47283514

DEDICATORIA

A mi madre por el apoyo constante que me brindó y siempre motivarme para continuar con mi preparación como profesional a pesar de situaciones negativas que se presentaron.

AGRADECIMIENTOS

A mi padre, que siempre me estuvo apoyando, con los consejos, las experiencias vividas que fueron de vital importancia para motivarme y continuar la carrera. A mis hermanos quienes me apoyaron con sus palabras de aliento. Agradecer a mi asesora, Dra. Silvana Graciela Varela Guevara, por ser mi guía en esta etapa final. A las instituciones educativas de Lima Sur y sus directores que permitieron efectuar mi estudio de investigación.

ÍNDICE

DEDICATORIA	2
AGRADECIMIENTOS.....	3
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.....	21
V. CONCLUSIONES.....	25
VI. RECOMENDACIONES.....	26
REFERENCIAS	
ANEXOS	

LISTA DE TABLAS

Tabla 1	Operacionalización de las variables
Tabla 2	Niveles de adicción a las redes sociales y sus dimensiones
Tabla 3	Niveles de procrastinación Académica y dimensiones
Tabla 4	Prueba de normalidad de las variables
Tabla 5	Relación entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica
Tabla 6	Relación entre las dimensiones de adicción a las redes sociales y procrastinación académica
Tabla 7	Relación entre las dimensiones de procrastinación académica y adicción a las redes sociales

ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESCOLARES DEL NIVEL SECUNDARIA DE LIMA SUR

LIZBETT MIRTHA ARROYO ORE

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMEN

El propósito de la investigación fue correlacionar adicción a redes sociales y procrastinación académica en escolares de 3er, 4to y 5to grado de secundaria de dos Instituciones públicas, I.E “7075 Tupac Amaru II” y la I.E “Tupac Amaru”, los cuales están ubicados en Villa María del Triunfo - Lima. El método fue correlacional, de diseño no experimental y con corte transaccional, conjuntamente, se trabajó con una muestra de 353 estudiantes. Para recolectar información, se aplicó el Cuestionario de Adicción a las redes sociales (ARS) de Ecurra y Salas (2014), adaptado por Moreno (2018) y la Escala de procrastinación académica (EPA) de Busko (1998), adaptado por Tapia (2020). Los resultados arrojaron relación directa y débil entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica ($\rho = .230$, $p < .05$). Igualmente, las dimensiones de adicción a las redes sociales como obsesión, falta de control personal y uso excesivo, se correlacionaron positivamente con procrastinación académica ($\rho = .293$, $.165$, $.232$). Además, las dimensiones de procrastinación académica como autorregulación académica y postergación de actividades se correlacionó positivamente con adicción a las redes sociales ($\rho = .162$, $.285$). En cuanto los resultados descriptivos, se encontró que la mayoría de los alumnos reportaron niveles moderados de adicción a redes sociales (49.6%), mientras que en procrastinación académica prevaleció el nivel bajo (38.5%).

Palabras clave: obsesión, uso excesivo, postergación, autorregulación

ADDICTION TO SOCIAL NETWORKS AND ACADEMIC PROCRASTINATION IN SECONDARY LEVEL SCHOOLS IN SOUTH LIMA

LIZBETT MIRTHA ARROYO ORE

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

ABSTRACT

The purpose of the research was to correlate addiction to social networks and academic procrastination in 3rd, 4th and 5th grade secondary school students from two public institutions, I.E "7075 Tupac Amaru II" and the I.E "Tupac Amaru", which are located in Villa María del Triunfo - Lima. The method was correlational, non-experimental design and with a transactional cut, jointly, a sample of 353 students was worked with. To collect information, the Social Media Addiction Questionnaire (ARS) by Ecurra and Salas (2014), adapted by Moreno (2018) and the Academic Procrastination Scale (EPA) by Busko (1998), adapted by Tapia (2020), were applied. The results showed a direct and weak relationship between social media addiction and academic procrastination ($\rho = .230, p < .05$). Likewise, the dimensions of social media addiction such as obsession, lack of personal control, and excessive use were positively correlated with academic procrastination ($\rho = .293, .165, .232$). In addition, the dimensions of academic procrastination such as academic self-regulation and postponement of activities were positively correlated with social media addiction ($\rho = .162, .285$). Regarding the descriptive results, it was found that the majority of students reported moderate levels of social media addiction (49.6%), while in academic procrastination the low level prevailed (38.5%).

Keywords: obsession, excessive use, procrastination, self-regulation

VÍCIO EM REDES SOCIAIS E PROCRASTINAÇÃO ACADÊMICA NAS ESCOLAS DE NÍVEL SECUNDÁRIO NO SUL DE LIMA

LIZBETT MIRTHA ARROYO ORE

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMO

O objetivo da investigação foi correlacionar o vício das redes sociais e a procrastinação acadêmica em alunos do 3º, 4º e 5º ano do ensino secundário de duas instituições públicas, I.E “7075 Tupac Amaru II” e I.E “Tupac Amaru”, localizadas em Villa María . O método foi correlacional, não experimental no design e transacional. Em conjunto, trabalhamos com uma amostra de 353 alunos. Para recolher informação foram utilizados o Social Media Addiction Questionnaire (ARS) de Escurra e Salas (2014), adaptado por Moreno (2018) e a Escala de Procrastinação Acadêmica (EPA) de Busko (1998), adaptada por Tapia (2020). Os resultados mostraram uma relação direta e fraca entre o vício das redes sociais e a procrastinação acadêmica ($\rho = .230$, $p < 0,05$). Da mesma forma, as dimensões do vício das redes sociais, como a obsessão, a falta de controlo pessoal e o uso excessivo, correlacionaram-se positivamente com a procrastinação acadêmica ($\rho = .293$, $.165$, $.232$). Além disso, as dimensões da procrastinação acadêmica, como a autorregulação acadêmica e a procrastinação de atividades, correlacionaram-se positivamente com o vício das redes sociais ($\rho = .162$, $.285$). Quanto aos resultados descritivos, verificou-se que a maioria dos estudantes reportou níveis moderados de dependência das redes sociais (49,6%), enquanto o nível baixo prevaleceu na procrastinação acadêmica (38,5%).

Palavras-chave: obsessão, uso excessivo, procrastinação, autorregulação

I. INTRODUCCIÓN

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020), el brote de un nuevo coronavirus en China provocó una pandemia global, lo que obligó a los países a implementar medidas como el aislamiento social y la educación virtual. Este cambio aumentó el tiempo de exposición de los estudiantes al entorno digital, no solo para fines educativos, sino también para el uso intensivo de redes sociales.

De acuerdo con We Are Social (2022), la conexión a las plataformas sociales aumentó un 10% durante el confinamiento, con 424 millones de nuevos usuarios, representando el 58% de los habitantes del mundo. De igual manera, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2021) reporta que 1 de cada 3 adolescentes entre 12 y 16 años presenta un uso problemático de redes sociales, y más del 90% se conecta a internet a diario, lo cual genera problemas académicos y de salud. Además, el Ministerio de Salud (2019) señala que adolescentes y niños son más vulnerables a la tecnología. Finalmente, en Europa, el 91.6% de los adolescentes españoles están en riesgo de adicción a internet (Federación Madinat, 2020).

En Latinoamérica, el 82.5% de la población accede a redes sociales, destacando Brasil (97.9%), México (92.3%) y Argentina (91.1%) como los principales consumidores (Statista, 2022). En Perú, la utilización de las redes sociales entre estudiantes de 12 a 18 años aumentó un 85.7% en 2020 (Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI], 2022), lo que sugiere una predisposición a la dependencia digital. Esta sobreexposición, según Rodríguez y Alfaro (2022), afecta no solo el rendimiento académico, provocando procrastinación, sino que también influye en otras áreas de la vida diaria, como la interacción social y el autocuidado.

A nivel global, se han realizado diversos estudios sobre la prevalencia de la procrastinación. En China, el 74.1% de los estudiantes han procrastinado al menos

una vez, mientras que, en Turquía la cifra varía entre el 10.2% y el 75% (Zhang et al., 2018). Además, Balkis y Duru (2017) y Ferrari et al. (2009) señalan que, en América Central, Inglaterra, Australia, España, Venezuela y Perú, el 14.6% de los estudiantes procrastinan, sin diferencias por sexo o nacionalidad.

En Ecuador, entre el 58.3% y el 61% procrastinan moderadamente, y el 16.2% manifiestan niveles elevados (Moreta & Durán, 2017). Conjuntamente, en Perú el 77.4% de los escolares presentan procrastinación moderada y el 76.7% un nivel alto en postergación de actividades (Ríos et al., 2022). Conforme a ello, se plantea la pregunta: ¿Cuál es la relación entre adicción a redes sociales y procrastinación académica en escolares del nivel secundaria de Lima Sur?

Seguidamente se explican los antecedentes internacionales, en donde Guamán y Ticsalema (2022) hallaron relación entre procrastinación y adicción a internet ($r=.34$) en escolares ecuatorianos. Por su parte, Ramírez et al. (2021) reportaron relación entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica ($\rho = .337$) en estudiantes mexicanos. De igual manera, Maldonado (2019) halló una relación entre obsesión por las redes sociales, falta de control y uso excesivo ($\rho = .744, .905, .776$) con procrastinación académica en bachilleres ecuatorianos.

Del mismo modo, se detallan los antecedentes nacionales, tal como Camacho (2022) quien halló relación entre adicción a las redes sociales y procrastinación ($\rho = .197$) en escolares en Lima. De manera similar, Yana et al. (2022) reportaron relación entre adicción a las redes sociales y procrastinación en alumnos ($r = .710$) en alumnos de Puno. Así mismo, Almeida (2021) encontró relación entre adicción a redes sociales y procrastinación ($r = .440$) en estudiantes de Ayacucho.

En los últimos años, se ha observado un incremento significativo en el uso de las redes sociales, especialmente entre los adolescentes, quienes las utilizan como

medio de entretenimiento y socialización (Andreassen, 2015). No obstante, este aumento ha llevado al desarrollo de un uso problemático conocido como "adicción a las redes sociales", el cual se manifiesta en la pérdida de control sobre el uso, descuido del sueño, falta de actividad física, intención de ocultar el tiempo de conexión y disminución del interés en actividades académicas o cotidianas (Echeburúa & De Corral, 2010; Greenfield, 2009; Griffiths, 2005; Young, 1998; Jasso et al., 2017).

Por su parte, Castellana et al. (2007) señalan que el uso excesivo de las redes sociales ocurre cuando se les dedica más tiempo del habitual, afectando negativamente el desarrollo personal y social de los adolescentes. De acuerdo con el modelo explicativo de Ecurra y Salas (2014), la adicción a las redes sociales se caracteriza por un uso inadecuado, donde los individuos pierden la noción del tiempo, descuidan otras responsabilidades, y caen en obsesión, descontrol y uso excesivo. Conceptualmente, estos autores utilizaron el DSM-IV, clasificando la adicción a redes como un trastorno con hábitos desadaptativos que, repetidos constantemente, afectan la vida cotidiana, así como la salud emocional, física y conductual. Estas señales permiten deducir que un adolescente puede ser víctima de dicha adicción (Griffiths, 2013).

Por consiguiente, Ecurra y Salas (2014) identifican tres dimensiones que definen las conductas adictivas a las redes sociales: a) Obsesión por las redes sociales, caracterizada por la necesidad constante de usar dispositivos tecnológicos, llegando a generar ansiedad ante la ausencia de esta actividad; b) Falta de control personal, donde el individuo experimenta una preocupación irracional por el uso de las redes, acompañada de dificultad para manejar sus actitudes y emociones; y c) Uso excesivo, en el cual la persona pierde la noción del tiempo, descuida sus

actividades académicas y se siente incapaz de desconectarse, permaneciendo en línea durante periodos prolongados (Blas, 2019).

Por otro lado, la procrastinación académica se refiere a la postergación constante de actividades relacionadas con el estudio, involucrando dimensiones cognitivas, conductuales y emocionales (Atalaya & García, 2019). Este fenómeno implica retrasar la realización de tareas hasta momentos cercanos a la fecha límite, lo que puede resultar en un bajo rendimiento escolar y, en casos extremos, conducir a la deserción académica (Steel, 2007).

Según el modelo teórico-causal desarrollado por Busko (1998), citado en Bazán (2019), la procrastinación académica se aborda desde una perspectiva conductual, identificando como posible causa el deseo de alcanzar el perfeccionismo y logros académicos. Además, este comportamiento puede ser inicialmente beneficioso si contribuye a reducir o estabilizar la ansiedad; sin embargo, al posponer sus actividades, los estudiantes experimentan un aumento en la ansiedad y el temor al fracaso. Por lo tanto, aquellos con una actitud menos exigente hacia sí mismos tienden a postergar sus responsabilidades académicas.

En cuanto a las dimensiones de la procrastinación académica, esta se presenta como una variable unifactorial compuesta por dos factores interrelacionados: a) Autorregulación académica, que se refiere a la capacidad del estudiante para emplear estrategias que optimicen su aprendizaje, gestionando sus recursos de manera autónoma y buscando apoyo cuando sea necesario, y b) Postergación de actividades, donde el estudiante aplaza sus tareas hasta el último momento, lo que genera ansiedad, baja autoeficacia y estrés por la urgencia de entregar trabajos, teniendo como consecuencia el riesgo de obtener calificaciones insatisfactorias (Domínguez, 2014; Álvarez, 2010; Ríos, 2020).

Esta investigación contó con una justificación teórica al aportar un marco que permitió profundizar en el conocimiento de ambas variables, ofreciendo fundamentos teóricos y conceptualizaciones alineadas con la literatura existente. A nivel práctico, los resultados fueron provechosos para la entidad académica, que pudo desarrollar programas preventivos o de intervención enfocados en fortalecer el soporte cognitivo y conductual de los estudiantes. Metodológicamente, se utilizaron instrumentos psicológicos estandarizados, los cuales fueron analizados para corroborar su estructura. Finalmente, desde una perspectiva social, el estudio contribuirá a reducir el malestar emocional y los problemas de bienestar psicológico, proponiendo estrategias de intervención especializadas para abordar la adicción a redes sociales y mejorar la organización en tareas escolares.

Por consiguiente, el objetivo del estudio fue determinar la relación entre adicción a redes sociales y procrastinación académica en escolares del nivel secundaria de Lima Sur. Además, se propone identificar los niveles de adicción a las redes sociales y de procrastinación académica. También se busca establecer la relación entre las dimensiones de adicción a las redes sociales con procrastinación, y establecer la relación entre las dimensiones de procrastinación académica con adicción a las redes sociales.

II. MÉTODO

2.1. Tipo y diseño

El tipo fue correlacional, el cual pretende evaluar la relación que existe entre ambas variables. Además, el diseño fue no experimental con corte transaccional, puesto que no se pretendió manipular ninguna de las variables y se desarrolló en un solo momento y en un tiempo único (Hernández & Mendoza, 2018).

2.2. Población, muestra y muestreo

La población fue de 1402 estudiantes de 15 a 18 años, que cursan entre 3er a 5to de secundaria, los cuales deben estar matriculados en la I.E “7075 Tupac Amaru II” o la I.E “Tupac Amaru”, ubicados en Lima Sur (SCALE, 2022).

Se trabajó con una muestra de 353 estudiantes, el cual fue determinado por una formula estadística para poblaciones finitas ($Z=97\%$, $e=5\%$, $q=50\%$) (Cabezas et al., 2018; Sánchez et al., 2018). Además, se empleó el muestreo probabilístico por aleatorio simple, ya que toda la unidad de análisis tuvo la misma probabilidad de participar (Arias, 2020).

Se incluyeron estudiantes de 15 a 18 años de los dos colegios mencionados, que respondieron correctamente el cuestionario y participaron voluntariamente. No obstante, se excluyeron aquellos fuera de este rango de edad, que no están matriculados, pruebas con respuestas incorrectas o que no aceptaron participar.

2.3. Hipótesis

La hipótesis general se plantea a continuación: Existe relación entre adicción a redes sociales y procrastinación en escolares. Así mismo, se proponen los específicos: (HE1) Existe relación entre las dimensiones de adicción a las redes sociales con procrastinación. Y (HE2) Existe relación entre las dimensiones de procrastinación académica con adicción a las redes sociales.

2.4. Variables y operacionalización

Tabla 1

Operacionalización de las variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala
Adicción a las redes sociales	Es una conducta desadaptativa que impacta negativamente la vida cotidiana y genera malestar clínico (Escurra y Salas, 2014).	Es medida mediante el puntaje del “Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales” (ARS) que contiene 24 ítems y distribuidas en 3 factores.	Obsesión Falta de control Uso excesivo	Pensamiento, ansiedad y necesidad. Impulsividad, dependencia y descontrol. Tiempo excesivo, negligencia y aislamiento.	Ordinal
Procrastinación académica	Es la tendencia irracional de postergar o evitar la ejecución de actividades, sabiendo que deben acabarlo (Busko, 1998).	Las puntuaciones se obtuvieron mediante la Escala de procrastinación académica (EPA), este constructo contiene 12 ítems y dos componentes.	Autorregulación Postergación	Planificación, gestión del tiempo y autocontrol. Aplazar, falta de prioridad y retraso.	Ordinal

2.5. Instrumentos o materiales

Se utilizó el Cuestionario de Adicción a las redes sociales (ARS) de Escurra y Salas (2014). Se estructura por 24 ítems y tres dimensiones. Además, su escala es tipo Likert con puntuaciones directas, excepto el ítem 13. En cuanto la psicometría, los autores realizaron la validez por análisis exploratorio ($KMO=.95$, $p<.05$) y la confiabilidad de las dimensiones ($\alpha>.80$). Posteriormente, Moreno (2018) adaptó el instrumento, evaluando la validez por contenido ($V>.80$) y por análisis exploratorio ($KMO=.88$, $p<.05$, $VEA=61\%$), también calculó la confiabilidad ($\alpha=.92$). De la misma manera, en este estudio se analizó la validez por análisis confirmatorio ($CFI=.91$, $TLI=.90$, $SRMR=.05$, $RMSEA=.05$) y se calculó la confiabilidad ($\alpha=.91$; $\omega=.91$).

También, se aplicó la Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko (1998). Su estructura se compone por 12 ítems y dos dimensiones. Además, su

escala es tipo Likert con puntuaciones inversas, excepto el ítem 1,6 y 7. De acuerdo con su psicometría, el autor reportó una validez por análisis exploratorio ($KMO > .70$, $p < .05$) y también calculó la confiabilidad ($\alpha = .86$). Posteriormente, Tapia (2020) adaptó el constructo, en donde empleó la validez por contenido ($V > .80$), por análisis exploratorio ($KMO > .700$, $VEA = 58\%$) y por análisis confirmatorio ($CFI = .98$, $GFI = .95$, $TLI = .97$, $SRMR = .02$, $RMSEA = .05$), adicionalmente, calculó la confiabilidad ($\omega = .93$). Del mismo modo, en este estudio se reportó la validez por análisis confirmatorio ($CFI = .93$, $TLI = .92$, $SRMR = .05$, $RMSEA = .05$) y se estimó la confiabilidad ($\alpha = .77$; $\omega = .78$).

2.6. Procedimientos

Se solicitó autorización a los directores de los colegios ubicados en Lima Sur para llevar a cabo la investigación. Después se coordinó con los auxiliares de las instituciones para en primer lugar enviar mediante el cuaderno de control el asentimiento informado a los padres de familia. El tiempo aproximado para la resolución de las pruebas fue de 20 minutos aproximadamente.

2.7. Análisis de datos

Los datos fueron trasladados al programa estadístico JAMOV para analizar la psicometría de los constructos. Luego, se empleó el SPSS V26, para identificar los niveles mediante porcentajes, y posteriormente, se realizó el análisis inferencial (Kolmogorov Smirnov) para conocer la distribución de los datos.

2.8. Aspectos éticos

La investigación siguió las normas éticas científicas y la Ley de Protección de Datos 29733, garantizando la confidencialidad de los colaboradores. Además, se presentó un consentimiento informado para los estudiantes y un asentimiento para los padres, respetando la confidencialidad y los principios de la Declaración de Helsinki. Por último, se utilizó el software Turnitin para evitar plagio

III. RESULTADOS

Análisis descriptivo

Tabla 2

Niveles de adicción a las redes sociales y sus dimensiones

	Bajo f (%)	Medio f (%)	Alto f (%)	Total f (%)
Obsesión	135 (38.2)	176 (49.9)	42 (11.9)	353 (100)
Falta de control	106 (30)	188 (53.3%)	59 (16.7)	353 (100)
Uso excesivo	124 (35.1)	144 (40.8)	85 (24.1)	353 (100)
Adicción a redes sociales	111 (31.4)	175 (49.6)	67 (19)	353 (100)

En la tabla 2, se visualiza las frecuencias y proporciones de adicción a las redes sociales y factores, donde el 49.9% (176) de los educandos presenta un nivel moderado en la dimensión obsesión, mientras que, el 38.2% (135) están en el nivel bajo y el 11.9% (42) de los escolares están en el nivel alto y el 53.3% de los 188 educandos están en el nivel moderado, en relación al segundo factor de falta de control personal, 106 escolares representados con el 30.0% en el nivel bajo y 59 escolares, que equivalen al 16.7%, en el nivel alto; asimismo, el 40.8% de los estudiantes se ubicaron en el nivel moderado, el 35.1% en el nivel bajo y el 24.1% en el nivel alto en la dimensión de uso excesivo. Por último, el 49.6% de los escolares están en el nivel moderado, y el 31.4% se ubicaron en el nivel bajo y el 19.0%, o 67 estudiantes con altos niveles asociados con la dependencia de las redes sociales.

Tabla 3*Niveles de procrastinación Académica y dimensiones*

	Bajo f (%)	Promedio f (%)	Alto f (%)	Total f (%)
Autorregulación académica	137 (38.8)	108 (30.6)	108 (30.6)	353 (100)
Postergación de actividades	118 (33.4)	95 (26.9)	140 (39.7)	353 (100)
Procrastinación académica	136 (38.5)	102 (28.9)	115 (32.6)	353 (100)

En la tabla 3, se observa que el 38.8% de escolares se ubican en la categoría baja, mientras que en los niveles promedio y alto el porcentaje representativo de la muestra es igual, es decir, que el 30.6% de estudiantes evidencian el mismo nivel frente a la dimensión autorregulación académica, y en la postergación de actividades el 39.7% se sitúa en la categoría alta, el 33.4% se posiciona en nivel bajo y el 26.9% en nivel promedio, por último, en la procrastinación académica se evidencia que 136 estudiantes equivalente al 38.5% de estudiantes se ubican en nivel bajo, con 32.6% que son 115 alumnos se sitúan en nivel alto y con el 28.9% es decir, 102 escolares se sitúan en el nivel promedio.

Análisis inferencial

Tabla 4*Prueba de normalidad de las variables*

	KS	gl	Sig.
Variable Adicción a redes sociales	.256	353	.000
Obsesión	.273	353	.000
Falta de control personal	.278	353	.000
Uso excesivo	.230	353	.000
Variable procrastinación académica	.253	353	.000
Autorregulación académica	.254	353	.000
Postergación de actividades	.261	353	.000

Nota. KS= Kolmogorov Smirnov, gl=grado de libertad

En la tabla 4, se realizó la prueba de bondad (Kolmogorov Smirnov), en donde las variables y sus dimensiones reportaron valores significativos por debajo del 0.05,

esto significa que los datos no son homogéneos, es por ello que, se ejecutó el modelo no paramétrico para comprobar las hipótesis (Spearman).

Contrastación de hipótesis

Tabla 5

Relación entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica

		Adicción a las redes sociales
Procrastinación académica	rho	.230**
	Sig.	.000

La tabla 5 precisa una relación positiva y baja ($\rho=.230$; $p=.000$) entre ambas variables, indicando que los encuestados al evidenciar una mayor disposición a la adicción a las redes sociales, mayor presencia de procrastinación académica.

Tabla 6

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

		Procrastinación académica	
Adicción a redes sociales	rho	Sig.	
Obsesión	.293**	.000	
Falta de control	.165**	.002	
Uso excesivo	.232**	.000	

La tabla 6 precisa una correlación directa y baja ($\rho=.293$; $p=.000$) entre la obsesión y procrastinación académica, esto indica que, a medida que aumenta la obsesión por las redes sociales, también se incrementa la procrastinación en la muestra. Además, se halló una relación directa y muy baja ($\rho=.165$; $p=.002$) entre falta de control personal y procrastinación. En síntesis, a mayor falta de control personal, mayor procrastinación académica en la muestra. Finalmente, se reportó relación positiva y baja ($\rho=.232$; $p=.000$) entre la dimensión uso excesivo y

procrastinación, lo que manifiesta, a mayor uso excesivo, mayor procrastinación académica en la muestra.

Tabla 7

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

	Adicción a las redes sociales	
Procrastinación académica	rho	Sig.
Autorregulación académica	.162	.002
Postergación de actividades	.285	.000

La tabla 7 muestra una correlación positiva y muy baja ($\rho=.162$; $p=.002$) entre autorregulación académica y la variable adicción a las redes sociales, indicando que una mayor autorregulación académica aumenta la adicción a redes sociales en la muestra. Asimismo, se reveló una relación positiva y baja ($\rho=.285$; $p=.000$) entre la dimensión postergación de actividades y la adicción, indicando que, a medida que aumenta la postergación de actividades, se evidencia una mayor incidencia de adicción en las redes sociales.

IV. DISCUSIÓN

En este estudio se pretendió hallar la relación entre la adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los escolares. Los resultados muestran una relación positiva y baja entre las variables ($\rho = .230$), indicando que, a medida que aumenta la predisposición a la adicción a las redes sociales, la procrastinación académica también se incrementa.

Estos hallazgos guardan relación con lo investigado por Camacho (2022) quien obtuvo una relación directa entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica ($\rho = .197$). Así mismo, Yana et al. (2022) evidenciaron una relación directa entre procrastinación y adicción a las redes sociales ($r = .710$).

En otras palabras, aquellos alumnos que destinan mayor tiempo a sus redes sociales, ya sea para interactuar, navegar o ver videos y no tengan la responsabilidad de realizar sus actividades académicas, podrían verse perjudicados ya sea en el cumplimiento o calificación de sus cursos, en consecuencia, a mayor tiempo en las redes sociales mayor índice al procrastinar académicamente. Además, Escurra y Salas (2014) señalan que el mal uso de las redes sociales provoca el descuido de actividades académicas y otras responsabilidades cotidianas desencadenándose en la obsesión, descontrol y uso excesivo de las redes sociales.

En relación al primer objetivo específico, se busca determinar el nivel de adicción a las redes sociales en educandos; los hallazgos obtenidos, evidencian que el 49.6% presentan un nivel medio con respecto a la variable de adicción a las redes sociales, además el 31.4% se ubican en el nivel bajo y el 19% de los escolares se posicionan en un nivel superior respecto a esta variable.

Estos datos coinciden con Camacho (2022) quien concluyó que el 71.1% se ubicó en un nivel promedio de adicción a las redes sociales. Es decir, que los

escolares suelen usar las redes sociales en mayor porcentaje puesto que son los que deciden de manera voluntaria el no realizar sus actividades diarias. Al respecto Echeburúa y De Corral (2010, citado en Jasso et al, 2017) plantean que, el uso problemático del internet se conecta con la pérdida del control que se tiene, como el descuido de dormir, la falta de actividad física, la intención de engañar sobre el uso que se tiene de la red social y la pérdida de interés al realizar las actividades relacionadas a lo académico o vida cotidiana.

Como segundo objetivo específico, se busca descubrir el nivel de procrastinación en los educandos, en donde los hallazgos indican que el 38.5% evidencian un nivel bajo, el 32.6%, están en el nivel superior y el 28.9% se sitúan en el nivel regular.

Estos datos se asemejan con el estudio de Almeida (2021) quien concluyó que el 59.3% se ubicó en un nivel medio de procrastinación académica. Por lo tanto, se observa una diferencia en cuanto a los resultados en ambas investigaciones, ello se vería influenciado por la autorregulación que presente el estudiante para obtener un adecuado desempeño de sus actividades académicas. Al respecto, Busko (1998), refiere que la autorregulación académica, es un factor que el estudiante puede emplear estratégicamente para su aprendizaje, conductas destinadas para la gestionar los propios recursos siendo una acción reguladora, proceso autodirigido y la búsqueda de fuentes de apoyo.

En el tercer objetivo específico, se pretende establecer la conexión entre obsesión por las redes sociales y procrastinación, en donde se obtuvo una relación directa y débil ($\rho = .230$) el cual manifiesta que, conforme se intensifica la obsesión por las redes sociales, también aumenta la procrastinación.

Ello corroboró los hallazgos de Camacho (2022) quien determinó una correlación directa y baja entre procrastinación y obsesión por las redes sociales ($\rho = .286$). Sin embargo, Maldonado (2019) obtuvo una relación fuerte entre obsesión por las redes sociales y procrastinación ($\rho = .744$). Por tanto, el constante monitoreo y atención excesiva de los estudiantes a las plataformas virtuales puede generar pensamientos automáticos que los impulsan a mantenerse conectados a sus dispositivos electrónicos, esta necesidad persistente con los medios virtuales afecta su capacidad para concentrarse en otras actividades (Escurra & Salas, 2014).

El cuarto objetivo específico busca establecer correlación entre la ausencia de control personal y procrastinación académica, en donde se evidencia una relación positiva y muy baja ($\rho = .165$), lo que significa que, cuanto menos capacidad tiene un sujeto para gestionar su tiempo en las redes, más probable es que postergue sus responsabilidades académicas. Estos datos coinciden con Almeida (2021), quien halló relación positiva y moderada ($r = .440$), del mismo modo, se relacionan con los hallazgos de Maldonado (2022) quien reportó una relación directa y fuerte ($\rho = .905$). Ante los resultados se concluye que los estudiantes tienden a perder el control sobre su comportamiento, siguiendo solo las actividades que son de su agrado el cual genera una gran satisfacción y a su vez se evidencia un deterioro del control y autorregulación por las redes sociales (Escurra & Salas, 2014; Jasso et al., 2017).

En el quinto objetivo específico, se halló relación directa y baja entre uso excesivo de redes sociales con procrastinación ($\rho = .232$), indicando que, cuando un alumno utiliza las redes sociales de manera más frecuente y prolongada, tiende también a retrasar sus tareas o responsabilidades académicas.

Ello corroboró con los hallazgos de Camacho (2022) quien determinó una correlación directa y débil con la dimensión uso excesivo ($\rho = .126$). Al respecto, los

escolares tienden a perder la noción del tiempo, descuidando las actividades académicas y se sienten incapaces de dejar de consumir, manteniéndose conectados por más tiempo, demostrándose de forma tangible en el comportamiento adictivo, que aún logran dominar o gestionar oportunamente, generando de esta manera una tendencia a postergar aquellas labores académicas (Escurra & Salas, 2014).

Finalmente, como sexto objetivo específico se busca establecer la relación entre autorregulación académica con la adicción a las redes sociales, en donde los hallazgos revelan una relación positiva y muy baja ($\rho=.162$), esto determina una adecuada autorregulación, se evidencia mayor adicción hacia las redes sociales.

Cuando los educandos ponen en práctica las herramientas académicas, como el tiempo empleado al estudiar para un examen, el destinar esfuerzo al aprender y mejorar, la participación constante y la búsqueda de apoyo presencial cuando se requiera, no es necesariamente que no le preocupe el usar las redes sociales. Para Busko (1998) los estudiantes con alta autorregulación pueden establecer estándares muy altos para sí mismos, lo que puede llevar al perfeccionismo. Este perfeccionismo puede generar miedo al fracaso, llevando a posponer tareas para evitar hacerlas de forma imperfecta y enfrentar situaciones estresantes.

Por otro lado, se reportó una asociación positiva y baja ($\rho=.285$) entre postergación de tareas y adicción a las redes sociales, indicando que, a mayor aplazamiento, mayor es la predisposición de la adicción a redes sociales. Por último, es importante destacar que los escolares corren el riesgo de desarrollar una adicción a redes sociales combinada con la procrastinación académica pueden causar problemas psicosociales, y presenten múltiples efectos y consecuencias en su rendimiento académico. De modo que, es importante tener un debate académico con especialistas en salud psicológica.

V. CONCLUSIONES

1. Se encontró que adicción a las redes sociales y procrastinación tienen una relación directa y débil ($\rho = .230$). Es decir, a mayor nivel de adicción a las redes sociales, se incrementa la tasa de procrastinación hacia sus tareas académicas.
2. Se registró mayor prevalencia en el nivel regular de adicción a redes sociales el 49.6% de escolares, mientras que en nivel bajo se ubica el 31.4% y con el 19.0% en un nivel superior respecto a esta variable.
3. Se precisó que una proporción mayor de los escolares consiguieron un nivel bajo (38.5%), el 32.6% en un nivel superior y un 28.9% en el nivel promedio.
4. Se halló que obsesión y procrastinación académica, guardan una asociación positiva y baja ($\rho = .293$) el cual indica que, a medida que aumenta la obsesión, se observa una mayor presencia de procrastinación académica.
5. Entre la ausencia de control personal y procrastinación académica, evidencia una correlación positiva y muy baja ($\rho = .165$), es decir, a menor control personal, se observa una mayor tendencia a la procrastinación académica en los evaluados.
6. El uso excesivo y la procrastinación académica, guardan una relación positiva y baja ($\rho = .232$), indicando que, a mayor uso excesivo, mayor disposición de procrastinar.
7. Se reportó que la autorregulación académica y adicción a las redes sociales, guardan una asociación positiva y muy baja ($\rho = .162$) indicando que, a mayor autorregulación académica, mayor presencia de adicción a las redes sociales. Además, se evidencia una relación positiva y baja ($\rho = .285$) con postergación de tareas y adicción a las redes sociales.

VI. RECOMENDACIONES

Ampliar el estudio sobre ambas variables en futuras investigaciones en un contexto distrital de nivel secundaria, abarcando tanto instituciones públicas como privadas. Considerar factores como grado, edad, sexo, supervisión parental y acceso a Internet, para obtener una visión más completa sobre las variables de estudio en los escolares.

Crear talleres para padres que brinden información sobre el uso consciente de herramientas de autorregulación en Internet y redes sociales. Esto permitirá prevenir la procrastinación, fomentando la autodeterminación y estableciendo límites en casa, con los padres como modelos y mediadores del comportamiento.

Proponer planes preventivos y promocionales en los que estudiantes y psicólogos del departamento de bienestar estudiantil trabajen juntos, basándose en un enfoque cognitivo-conductual, para promover la autorregulación del comportamiento. El objetivo es que los alumnos aprendan a administrar su uso de redes sociales para organizar y completar sus actividades académicas.

Desarrollar campañas de concientización dirigidas a los estudiantes sobre los riesgos de la adicción a las redes sociales y la importancia de una adecuada gestión del tiempo. Estas campañas pueden incluir actividades interactivas y charlas que motiven a los alumnos a priorizar sus deberes académicos.

Establecer un sistema de monitoreo y seguimiento del comportamiento digital de los estudiantes, en colaboración con padres y docentes, para identificar a tiempo patrones de procrastinación o uso problemático de redes sociales. Este sistema permitirá intervenir de manera preventiva y ofrecer apoyo personalizado a aquellos estudiantes que lo necesiten.

REFERENCIAS

- Almeida, D. (2021). *Adicción a Redes Sociales y Procrastinación Académica en Estudiantes del Nivel de Secundario de la Institución Educativa Privada Jean Piaget, Ayacucho – 2021* [Tesis de pregrado, Universidad de Ayacucho Federico Froebel]. Repositorio de la Universidad de Ayacucho Federico Froebel. <http://repositorio.udaff.edu.pe/handle/20.500.11936/243>
- Álvarez, O. (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>
- Andreassen, C. (2015). Online social network site addiction: A comprehensive review. *Current Addiction Reports*, 2(2), 175-184. <https://link.springer.com/article/10.1007/s40429-015-0056-9>
- Arias, J. (2020). *Proyecto de tesis. Guía para la elaboración*. https://www.researchgate.net/publication/350072280_Proyecto_de_Tesis_guia_para_la_elaboracion
- Atalaya, C., & García, L. (2019). Procrastinación: Revisión Teórica. *Revista de Investigación en Psicología*, 22(2), 363-378. DOI: <http://dx.doi.org/10.15381/rinvp.v22i2.17435>
- Balkis, M., & Duru, E. (2017). Gender differences in the relationship between academic procrastination, satisfaction with academic life and academic performance. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 15(1), 105-125. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=293150349004>
- Bazán, Z. (2019). *Procrastinación académica según rol de género en estudiantes de un instituto superior de la ciudad de Lima* [Tesis de pregrado, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio de la Universidad Señor de Sipán.

<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/6830/Baz%C3%A1n%20Portela%20Zulaika%20Moriela.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Blas, A. (2019). *Propiedades psicométricas del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales en adolescentes de Colegios Particulares del distrito de Comas, 2019* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/36812>.

Busko, D. (1998). *Causes and consequences of perfectionism and procrastination: a structural equation model* [Tesis de maestría, University of Guelph]. Repository of University of Guelph. https://atrium.lib.uoguelph.ca/xmlui/bitstream/handle/10214/20169/Busko_DeborahA_MA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Cabezas, E., Andrade, D., & Torres, J. (2018). *Introducción a la metodología de la investigación científica*. Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE.

Camacho, M. (2022). *Adicción a las 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://hdl.handle.net/20.500.13067/1784>

Castellana, M., Sánchez, X., Graner, C., & Beranuy, M. (2007). El adolescente ante las tecnologías de la información y la comunicación: Internet, móvil y videojuegos. *Pap. psicol*, 28(3), 196-204. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/ibc-64143>

Dominguez, S., Villegas, G., & Centeno, S. (2014). Procrastinación Académica: Validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. *Liberabit*, 20(2), 293-304. <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n2/a10v20n2.pdf>

- Echeburúa, E., & De Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Sociedad Científica Española de Estudios sobre el Alcohol, el Alcoholismo y las otras Toxicomanías*, 22(2), 91-95. <https://doi.org/10.20882/adicciones.196>
- Escurre, M., & Salas, E. (2014a). Uso de redes sociales entre estudiantes universitarios limeños. *Revista Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 3(1), 75-90.
http://www.researchgate.net/publication/272681790_Uso_de_redes_sociales_entre_estudiantes_universitarios_limeos
- Escurre, M., & Salas, E. (2014b). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). *Liberabit*, 20(1), 73-91.
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68631260007>
- Federación Madinat. (2020, noviembre). *España, líder europeo en adicción adolescente a internet*. Madinat.
<http://federacionmadinat.org/2018/11/07/espana-lider-europeo-en-adiccion-adolescente-a-internet/>
- Ferrari, J., Barnes, K., & Steel, P. (2009). Life regrets by avoidant and arousal procrastinators: ¿why put off today what you will regret tomorrow? *Journal of individual differences*, 30(3), 163–168. <https://doi.org/10.1027/1614-0001.30.3.163>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (Unicef, 2021). *Aumenta la preocupación por el bienestar de los niños, niñas y adolescentes ante el incremento del tiempo que pasan frente a las pantallas*.
<https://www.unicef.org/peru/comunicados-prensa/preocupaci%C3%B3n-bienestar-ninos-ninas-adolescentes-tiemp-frente-pantalla-internet-seguro>

- Greenfield, D. (1999a). *The nature of Internet Addiction: Psychological factors in compulsive internet use*. <http://www.virtual-addiction.com/internetaddiction.htm>
- Griffiths, M. (2005). A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191– 197. <https://doi.org/10.1080/14659890500114359>
- Griffiths, M. (2013). Social networking addiction: Emerging themes and issues. *Journal of Addiction Research & Therapy*, 4(5), 118–119. doi:10.4172/2155-6105.1000e118
- 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/handle/25000/26233>
- Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Ciudad de México, México: McGraw Hill Education. <https://doi.org/ISBN:978-1-4562-6096-5>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (INEI, 2022). *Se incrementó Población que Utiliza Internet a Diario*. <https://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/se-incremento-poblacion-que-utiliza-internet-a-diario-12806/>
- Jasso, J., López, F., & Díaz, R. (2017). Addictive behavior to social network sites and it's relationship with the problematic use of the mobile phone. *Acta de Investigación Psicológica*, 7(3), 2832-2838. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2007471917300546>

- Maldonado, M. (2019). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de segundo y tercero BGU de la unidad educativa Ancón –Ecuador* [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/48281/Maldonado_CMJ-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Ministerio de Salud. (2019). *Se recomienda menos de cuatro horas diarias de Internet para evitar adicción en menores de edad.* <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/49244-se-recomienda-menos-de-cuatro-horas-diarias-de-internet-para-evitar-adiccion-en-menores-de-edad>
- Moreno, S. (2018). *Propiedades psicométricas del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) en adolescentes del distrito de Comas, 2018* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/25628/Moreno_AS.R.pdf?sequence=6&isAllowed=y
- Moreta, R., & Durán, T. (2017). Propiedades psicométricas de la escala de procrastinación académica en estudiantes de psicología de Ambato. *Salud y Sociedad*, 9(3), 236-247. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6755345>
- Organización Mundial de la Salud. (OMS, 2020). COVID-19: cronología de la actuación de la OMS. <https://www.who.int/es/news/item/27-04-2020-who-timeline---covid-19>
- Ramírez, E., Cuaya, I., Guzmán, M., & Rojas, J. (2021). Social media addiction and academic procrastination in university students during COVID-19 confinement.

Contemporary dilemmas: Education, politics and values, 8, 1-19.
<https://www.aacademica.org/dr.jose.luis.rojas.solis/68>

Ríos, M. (2020). *Evidencias psicométricas de una versión de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) en adolescentes de 15 a 17 años de Lima, 2020* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/47624>

Ríos, R., Montenegro, D., Saavedra, F., & Vega, C. (2022). Inteligencia emocional y procrastinación académica en estudiantes del nivel secundario de Tarapoto, Perú–2021. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 15(2), 33-42.
<https://doi.org/10.17162/rccs.v2i15.1891>

Rodríguez, E., & Alfaro, R. (2022). Dependencia a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes universitarios de una universidad de Juliaca. *Revista Científica De Ciencias De La Salud*, 15(1), 1–18.
<https://doi.org/10.17162/rccs.v15i1.1751>

Sánchez, H., Reyes, C., & Mejía, K. (2018). *Manual de términos en investigación científica tecnológica y humanista* (1° ed.). Universidad Ricardo Palma.

SCALE. (18 de mayo del 2022). Estadísticas de la calidad educativa.
<https://escale.minedu.gob.pe/web/inicio/padron-de-iiiee>

Statista. (2022). *La adicción a las redes sociales en el mundo*.
<https://es.statista.com/grafico/18988/tiempo-medio-diario-de-conexion-a-una-red-social/>

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://www.researchgate.net/publication/6598646_The_nature_of_procrastin

ation_a_meta-analytic_and_theoretical_review_of_quintessential_self-regulatory_failure_Psychol_Bull_133_65-94

Tapia, M. (2020). *Evidencias psicométricas de una versión de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) en adolescentes de 15 a 17 años de Lima, 2020* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/47624>

We Are Social. (2022). *Digital Report 2022: El Informe Sobre Las Tendencias Digitales, Redes Sociales Y Mobile*. <https://wearesocial.com/es/blog/2022/01/digital-report-2022-el-informe-sobre-las-tendencias-digitales-redes-sociales-y-mobile/>

Yana, M., Adco, D., Alanoca, R., & Casa, 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>

Young, K. (1998). *Caught in the net: How to recognize the signs of internet addiction and a winning strategy for recovery*. John Wiley & Sons

Zhang, Y., Dong, S., Fang, W., Chai, X., Mei, J., & Fan, X. (2018). Self-efficacy for self-regulation and fear of failure as mediators between self-esteem and academic procrastination among undergraduates in health professions. *Advances in health sciences education: theory and practice*, 23(4), 817–830. <https://doi.org/10.1007/s10459-018-9832-3>

ANEXOS

ANEXO 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Metodología
<p>¿Qué relación existe entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de tercero a quinto año de educación secundaria de dos Instituciones del distrito de Villa María del Triunfo?</p>	<p>Objetivo general:</p> <p>Determinar la relación que existe entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de tercero a quinto año de educación secundaria de dos Instituciones del distrito de Villa María del Triunfo.</p> <p>Objetivos específicos</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar los niveles de adicción a las redes sociales en estudiantes de tercero a quinto año de educación secundaria de dos Instituciones del distrito de Villa María del Triunfo 2. Identificar los niveles de procrastinación académica en estudiantes de tercero a quinto año de educación secundaria de dos Instituciones del distrito de Villa María del Triunfo. 3. Establecer la relación que existe entre la dimensión obsesión por las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de tercero a quinto año de educación secundaria de dos Instituciones del distrito de Villa María del Triunfo 4. Establecer la relación que existe entre la dimensión falta de control personal en el uso de las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de tercero a quinto año de educación secundaria de dos 	<p>Hipótesis General:</p> <p>H_i: Existe relación entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de tercero a quinto año de educación secundaria de dos Instituciones del distrito de Villa María del Triunfo</p> <p>H₀: No existe relación entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de tercero a quinto año de educación secundaria de dos Instituciones del distrito de Villa María del Triunfo</p> <p>Hipótesis específicas:</p> <p>H₁: Existe relación entre la dimensión obsesión por las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de tercero a quinto año de educación secundaria de dos Instituciones del distrito de Villa María del Triunfo.</p> <p>H₂: Existe relación entre la dimensión falta de control personal en el uso de las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de tercero a quinto año de educación secundaria de dos Instituciones del distrito de Villa María del Triunfo</p>	<p>Variable 1: Adicción a las redes sociales</p> <p>Dimensiones:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Obsesión 2) Falta de control personal 3) Uso excesivo <p>Variable 2: Procrastinación académica</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Autorregulación académica 2) Postergación de actividades 	<p>Tipo: Correlacional</p> <p>Diseño: No experimental y transaccional</p> <p>Población y muestra:</p> <p>La población la conformaron 1402 estudiantes de 3er, 4to y 5to grado de nivel secundaria de dos Instituciones públicas, I.E “7075 Tupac Amaru II” y la I.E “Tupac Amaru” ambos colegios ubicados en Lima Sur.</p> <p>Se empleó la técnica de muestreo probabilístico aleatorio simple, el cual es entendido como aquel donde las unidades de análisis en su totalidad tienen la posibilidad o probabilidad de participar en el estudio (Arias, 2020). Constituida por 353 estudiantes.</p> <p>Técnica: Encuesta</p>

Instituciones del distrito de Villa María del Triunfo

5. Establecer la relación que existe entre la dimensión uso excesivo de las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de tercero a quinto año de educación secundaria de dos Instituciones del distrito de Villa María del Triunfo

6. Establecer la relación entre las dimensiones de procrastinación académica: autorregulación académica y postergación de actividades con la variable de adicción a las redes sociales en estudiantes de tercero a quinto año de educación secundaria de dos Instituciones Educativas del distrito de Villa María del Triunfo.

H₃: Existe relación entre la dimensión uso excesivo de las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de tercero a quinto año de educación secundaria de dos Instituciones del distrito de Villa María del Triunfo

H₄: Existe relación entre las dimensiones de procrastinación académica: autorregulación académica y postergación de actividades con la variable de adicción a las redes sociales en estudiantes de tercero a quinto año de educación secundaria de dos Instituciones Educativas del distrito de Villa María del Triunfo.

Instrumentos de medición:

Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) de Ecurra y Salas (2014)

Escala De Procrastinación Académica (EPA) de Busko (1998)

ANEXO 2: INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN

CUESTIONARIO DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES (ARS)

Autores: Miguel Ecurra y Edwin Salas (2014)

Adaptado por Moreno (2018)

A continuación, se presentan 24 ítems referidos al uso de las Redes Sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existen respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas. Marque un aspa (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piensa o hace: Siempre =S, Casi siempre = CS, Algunas veces = AV, Casi nunca = CN, Nunca = N.

N°	Preguntas	S	CS	AV	CN	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)

Autora: Deborah Ann Busko (1998)

Adaptación para escolares Tapia (2020)

A continuación, encontraras una serie de preguntas que hacen referencia a tu modo de estudiar. Por favor sea lo más sincero y preciso que pueda. Trate de que no le influyan sus respuestas de una afirmación a otra. No hay respuestas correctas o incorrectas. Responda según su criterio en lugar de como cree que la mayoría de la gente respondería. Marque con un aspa (X) N = Nunca CN = Casi Nunca AV = A Veces CS = Casi Siempre S = Siempre

N°	Preguntas	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 3: PROPIEDADES PSICOMÉTRICAS DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES

Validez de constructo por análisis factorial confirmatorio

Índices de ajuste de adicción a las redes sociales

χ^2	df	p	CFI	TLI	SRMR	RMSEA
503	245	<.001	0.91	0.90	0.05	0.05

Matriz de estructura de adicción a las redes sociales

Factor	Ítems	SE	Z	p	Cargas
Obsesión	2	0.057	12.37	<.001	0.623
	3	0.054	9.59	<.001	0.505
	5	0.060	11.27	<.001	0.578
	6	0.055	12.22	<.001	0.623
	7	0.053	13.26	<.001	0.661
	13	0.071	6.19	<.001	0.339
	15	0.056	10.86	<.001	0.561
	19	0.053	10.96	<.001	0.564
	22	0.063	10.74	<.001	0.555
Falta de control	23	0.061	9.48	<.001	0.499
	12	0.074	4.44	<.001	0.253
	14	0.071	5.27	<.001	0.295
	20	0.056	12.98	<.001	0.655
	24	0.069	10.69	<.001	0.561
Uso excesivo	4	0.064	11.24	<.001	0.583
	11	0.066	8.23	<.001	0.445
	1	0.063	12.34	<.001	0.621
	8	0.057	9.84	<.001	0.514
	9	0.064	10.22	<.001	0.532
	10	0.056	13.85	<.001	0.681
	16	0.059	13.68	<.001	0.673
	17	0.056	14.48	<.001	0.705
18	0.065	9.88	<.001	0.516	
	21	0.060	10.63	<.001	0.550

Confiabilidad por consistencia interna

Confiabilidad de adicción a las redes sociales

Escala/Dimensión	Ítems	α	ω
Obsesión	10	0.82 [.786; .854]	0.82 [.780; .849]
Falta de control personal	6	0.71 [.658; .762]	0.72 [.670; .771]
Uso excesivo	8	0.81 [.774; .846]	0.82 [.789; .857]
Escala total	24	0.91 [.892; .928]	0.91 [.897; .931]

ANEXO 4: PROPIEDADES PSICOMÉTRICAS DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES

Validez de constructo por análisis factorial confirmatorio

Índices de ajuste de procrastinación académica

χ^2	df	p	CFI	TLI	SRMR	RMSEA
109	53	<.001	0.93	0.92	0.05	0.05

Matriz de estructura de procrastinación académica

Factor	Ítems	SE	Z	p	Cargas
Autorregulación	2	0.060	7.66	<.001	0.437
	3	0.068	7.60	<.001	0.433
	4	0.068	2.92	<.001	0.315
	5	0.054	9.77	<.001	0.543
	8	0.053	11.13	<.001	0.605
	9	0.059	11.15	<.001	0.609
	10	0.058	11.37	<.001	0.617
	11	0.059	11.00	<.001	0.602
	12	0.068	8.81	<.001	0.495
Postergación	1	0.064	7.72	<.001	0.442
	6	0.066	14.96	<.001	0.851
	7	0.063	13.18	<.001	0.730

Confiabilidad por consistencia interna

Confiabilidad de procrastinación académica

Escala/Dimensión	Ítems	α	ω
Autorregulación académica	9	0.74 [.693; .787]	0.75 [.704; .796]
Postergación de actividades	3	0.70 [.647; .753]	0.72 [.670; .771]
Escala total	12	0.77 [.727; .813]	0.78 [.739; .821]

ANEXO 5: DISTRIBUCIÓN DE LA POBLACIÓN

Distribución de la población

Grado escolar	Sexo	
	Hombre	Mujer
3°	162	282
4°	258	252
5°	175	273
Subtotal	595	807
Total		1402

ANEXO 6: DISTRIBUCIÓN DE LA MUESTRA EVALUADA

Frecuencia y porcentaje de la población según edad

Edades	f	%
15	169	47.9
16	159	45.0
17	21	5.9
18	4	1.1
Total	353	100.0

Frecuencia y porcentaje de la población según sexo

Sexo	f	%
Femenino	185	52.4
Masculino	168	47.6
Total	353	100.0

ANEXO 7: ASENTIMIENTO INFORMADO

Estimado padre/madre de familia.

Me presento, mi nombre es **LIZBETT MIRTHA ARROYO ORE**, actualmente estoy realizando mi trabajo de investigación para obtener mi grado de Licenciada en psicología en la Universidad Autónoma del Perú. El estudio tiene como finalidad determinar la relación entre Adicción a las redes sociales y Procrastinación académica, en estudiantes de nivel secundaria de Lima Sur.

Cabe señalar que los datos recabados serán de total confidencialidad y solo con fines académicos, por lo que se solicita su permiso para que su menor hijo(a) participe en esta investigación, el cual se desarrollará de manera presencial en su colegio.

A su menor hijo(a) se le solicitará que responda dos pruebas psicológicas: Cuestionario de Adicción a las redes sociales y la Escala de Procrastinación Académica, el tiempo para desarrollarlo será de 20 minutos aproximadamente.

La participación es completamente voluntaria, pudiendo negarse o retirarse su menor hijo(a) en cualquier momento. En caso presente alguna duda o consulta comunicarse con la responsable de la investigación al correo electrónico: lizbettaore@gmail.com o celular: 983 496 006.

Acepto haber leído la información y autorizo que mi menor hijo(a) participe de la presente investigación.

- Si acepto que participe
- No acepto que participe

Esperando contar con su valiosa colaboración en bien de la educación, agradeciendo su atención.

ANEXO 8: CONSENTIMIENTO INFORMADO

Hola, mi nombre es **LIZBETT MIRTHA ARROYO ORE**, estoy en proceso de obtener mi grado de Licenciatura en Psicología en la Universidad Autónoma del Perú. Actualmente estoy realizando un estudio para determinar la relación entre Adicción a las redes sociales y Procrastinación académica, para ello requiero pedirte tu apoyo.

Tu participación en el estudio consistiría en responder a dos instrumentos, el tiempo que te llevará hacerlo será de 20 minutos aproximadamente.

Esta información será confidencial, esto quiere decir que no revelaremos tus respuestas.

Si aceptas participar, te pido que por favor pongas un (✓) en el cuadradito de abajo que dice "si quiero participar".

- Si quiero participar

ANEXO 9: CARTA DE AUTORIZACIÓN

"AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"

Lima, 10 de abril del 2023

Señor:

Carlos Maximiliano García Norabuena

Director:

Institución Educativa Tupac Amaru

Villa María del Triunfo

Presente-

Es grato dirigirme a su digna persona, para expresar mi cordial saludo y a la vez solicitar su autorización para llevar a cabo mi trabajo de investigación denominado: **"Adicción a las Redes Sociales y Procrastinación Académica en estudiantes de una institución educativa de Villa María del Triunfo"**, realizando la aplicación de dos pruebas psicológicas sobre adicción a las redes sociales y procrastinación académica a los alumnos de tercero, cuarto y quinto grado de nivel secundario, que Ud. dignamente dirige, como parte de la elaboración de mi tesis para obtener el grado de licenciada en psicología en la Universidad Autónoma del Perú. La evaluación se desarrollará de manera presencial; toda información será tratada confidencialmente y se realizará única y estrictamente para fines académicos.

Agradeciendo con antelación su atención y esperando contar con su valioso apoyo, solicito tenga la amabilidad de brindarme las facilidades del caso en la entidad que se encuentran bajo su dirección.

Atentamente,



Lic. Carlos M. García Norabuena
DIRECTOR
I.E. TUPAC AMARU


Lizbett Mirtha Arroyo Oré

DNI: 70243144

Celular: 983 496 006

Correo: lizbettaore@gmail.com

“AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO”

Lima, 12 de abril del 2023

Señora:

Senaida Torres Rodas

Directora:

Institución Educativa 7055 Tupac Amaru II

Villa María del Triunfo

Presente-

Es grato dirigirme a su digna persona, para expresar mi cordial saludo y a la vez solicitar su autorización para llevar a cabo mi trabajo de investigación denominado: **“Adicción a las Redes Sociales y Procrastinación Académica en estudiantes de una institución educativa de Villa María del Triunfo”**, realizando la aplicación de dos pruebas psicológicas sobre adicción a las redes sociales y procrastinación académica a los alumnos de tercero, cuarto y quinto grado de nivel secundario, que Ud. dignamente dirige, como parte de la elaboración de mi tesis para obtener el grado de licenciada en psicología en la Universidad Autónoma del Perú. La evaluación se desarrollará de manera presencial; toda información será tratada confidencialmente y se realizará única y estrictamente para fines académicos.

Agradeciendo con antelación su atención y esperando contar con su valioso apoyo, solicito tenga la amabilidad de brindarme las facilidades del caso en la entidad que se encuentran bajo su dirección.

Atentamente,



Lizbett Mirtha Arroyo Oré

DNI: 70243144

Celular: 983 496 006

Correo: lizbettaore@gmail.com