



Autónoma
Universidad Autónoma del Perú

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

TESIS

PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y USO DE REDES SOCIALES EN
ADOLESCENTES DE UNA I.E. DE LIMA SUR – 2023

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

AUTOR

JOHN WILSON APARICIO CÁCERES (ORCID: 0000-0003-0682-1144)

ASESOR

MAG. JAVIER JESUS VIVAR BRAVO (ORCID: 0000-0003-2661-6447)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN DE PROGRAMA

PROBLEMAS RELACIONADOS AL ÁMBITO EDUCATIVO

LÍNEA DE ACCIÓN RSU

SALUD Y BIENESTAR

LIMA, PERÚ, OCTUBRE 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

Aparicio Cáceres, J. W. (2024). *Procrastinación académica y uso de redes sociales en adolescentes de una I.E. de Lima Sur - 2023* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú.

HOJA DE METADATOS

Datos del autor	
Nombres y apellidos	John Wilson Aparicio Cáceres
Tipo de documento de identidad	DNI:
Número de documento de identidad	43374455
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0003-0682-1144
Datos del asesor	
Nombres y apellidos	Javier Jesus Vivar Bravo
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	74697504
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0003-2661-6447
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	Silvana Graciela Varela Guevara
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	47283514
Secretario del jurado	
Nombres y apellidos	Max Hamilton Chauca Calvo
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	08035455
Vocal del jurado	
Nombres y apellidos	Karol Mabel Contreras Castro
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	70051011
Datos de la investigación	
Título de la investigación	Procrastinación académica y uso de redes sociales en adolescentes de una I.E. de Lima Sur - 2023
Línea de investigación Institucional	Persona, Sociedad, Empresa y Estado.
Línea de investigación del Programa	Problemas Relacionados al Ámbito Educativo
URL de disciplinas OCDE	https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.02.04

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

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

**PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y USO DE REDES SOCIALES EN
ADOLESCENTES DE UNA I.E. DE LIMA SUR - 2023**

Presentado por el bachiller:

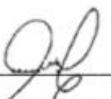
JOHN WILSON APARICIO CÁCERES

Para obtener el **Título Profesional Licenciado 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)**.

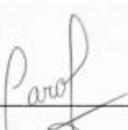
En fe de lo cual firman los miembros del jurado, el 16 de octubre del 2024.



PRESIDENTA
DRA. SILVANA GRACIELA
VARELA GUEVARA



SECRETARIO
MG. MAX HAMILTON
CHAUCA CALVO



VOCAL
MG. KAROL MABEL
CONTRERAS CASTRO

ACTA DE APROBACIÓN DE ORIGINALIDAD

Yo Javier Jesus Vivar Bravo 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 asesor de la tesis titulada:

Procrastinación académica y uso de redes sociales en adolescentes de una I.E. de Lima Sur – 2023

Del bachiller John Wilson Aparicio Cáceres, constato que la tesis tiene un índice de similitud de 18% verificable en el reporte de similitud del software Turnitin que se adjunta.

El suscrito 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, 17 de Enero de 2025



Javier Jesus Vivar Bravo

DNI: 74697504

DEDICATORIA

A mis queridos padres, porque en el trayecto de mi vida han velado por mi bienestar y superación, ya que ellos me han ayudado a superar cualquier adversidad.

AGRADECIMIENTOS

A todas las personas que participaron durante el proceso de evaluación de los instrumentos, permitiéndome completar este trabajo de investigación de manera exitosa. A la Universidad "UA", por los valiosos conocimientos impartidos durante mi formación académica, y a los docentes, cuyo compromiso y dedicación han sido fundamentales. Al Mag. Vivar, quien guio esta investigación con precisión, contribuyendo con su experiencia y saberes esenciales.

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	21
V. CONCLUSIONES.....	26
VI. RECOMENDACIONES	27
REFERENCIAS	
ANEXOS	

LISTA DE TABLAS

- Tabla 1 Niveles de procrastinación académica y sus dimensiones
- Tabla 2 Niveles de uso de redes sociales y sus dimensiones
- Tabla 3 Prueba de normalidad de las variables y sus dimensiones
- Tabla 4 Relación entre procrastinación académica y uso de redes sociales
- Tabla 5 Relación entre procrastinación académica y dimensiones de uso de redes sociales
- Tabla 6 Relación entre uso de redes sociales y las dimensiones de procrastinación académica

PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y USO DE REDES SOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA I.E. DE LIMA SUR - 2023

JOHN APARICIO CÁCERES

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMEN

El objetivo del estudio buscó hallar la correlación entre procrastinación académica y uso de redes sociales. La metodología fue de tipo básico con diseño no experimental y de nivel correlacional, la población fue de 1580 alumnos adolescentes de 1ro a 5to de secundaria de un colegio de Lima Sur, y participó una muestra de 320 empleando el muestreo no probabilístico por conveniencia. Los instrumentos aplicados fueron la Escala de procrastinación académica de Busko (1998) y Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) de Ecurra y Salas (2014). Los resultados indican que el 40.6% manifiestan un nivel promedio de procrastinación y el 53.1% evidencian un nivel moderado de uso de redes sociales. Adicionalmente, se encontró correlación directa entre procrastinación académica y uso de redes sociales ($\rho=.185$, $p<0.05$), de la misma manera, procrastinación se correlaciona con obsesión ($\rho= .196$) y uso excesivo ($\rho= .175$), sin embargo, no se correlacionó con falta de control ($p>0.05$), finalmente, el uso de redes sociales se correlacionó con autorregulación académica ($\rho= .192$) y postergación de actividades ($\rho= .687$). En conclusión, se determinó que la procrastinación académica explica la presencia del uso de redes sociales.

Palabras clave: redes sociales, dependencia, adicción, procrastinación

**ACADEMIC PROCRASTINATION AND THE USE OF SOCIAL NETWORKS IN
ADOLESCENTS IN AN I.E. IN SOUTHERN LIMA – 2023**

JOHN APARICIO CÁCERES

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

ABSTRACT

The objective of the study sought to find the relationship between academic procrastination and the use of social networks. The methodology was of a basic type with a non-experimental design and a correlational level. The population was 1,580 adolescent students from 1st to 5th year of secondary school from a school in South Lima, and a sample of 320 was used using non-probabilistic convenience sampling. The instruments applied were the Busko Academic Procrastination Scale (1998) and the Social Media Addiction Questionnaire (ARS) by Escurra and Salas (2014). The results indicate that 40.6% show an average level of procrastination and 53.1% show a moderate level of social media use. Additionally, a direct correlation was found between academic procrastination and the use of social networks ($\rho = .185$, $p < 0.05$), in the same way, procrastination is correlated with obsession ($\rho = .196$) and excessive use ($\rho = .175$), however, it was not correlated with lack of control ($p > 0.05$), finally, the use of social networks was correlated with academic self-regulation ($\rho = .192$) and postponement of activities ($\rho = .687$). Therefore, it was determined that academic procrastination explains the presence of the use of social networks.

Keywords: social networks, dependency, addiction, procrastination

A PROCRASTINAÇÃO ACADÊMICA E O USO DE REDES SOCIAIS EM ADOLESCENTES EM UMA I.E. EM LIMA SUL – 2023

JOHN APARICIO CÁCERES

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMO

O objetivo do estudo buscou encontrar a relação entre a procrastinação acadêmica e o uso de redes sociais. A metodologia foi básica com desenho não experimental e nível correlacional, a população foi de 1.580 alunos adolescentes do 1º ao 5º ano do ensino médio de uma escola de Lima Sul, e trabalhamos com uma amostra de 320 por amostragem não probabilística de conveniência. Os instrumentos aplicados foram a Escala de Procrastinação Acadêmica de Busko (1998) e o Questionário de Dependência em Redes Sociais (ARS) de Ecurra e Salas (2014). Os resultados indicam que 40,6% apresentam um nível médio de procrastinação e 53,1% apresentam um nível moderado de utilização das redes sociais. Adicionalmente, foi encontrada uma correlação direta entre a procrastinação acadêmica e o uso de redes sociais ($\rho = 0,185$, $p < 0,05$), da mesma forma, a procrastinação está correlacionada com a obsessão ($\rho = 0,196$) e o uso excessivo de redes sociais ($\rho = 0,175$), porém não se correlacionou com a falta de controle ($p > 0,05$), por fim, o uso de redes sociais se correlacionou com a autorregulação acadêmica ($\rho = 0,192$) e adiamento de atividades ($\rho = 0,687$). Portanto, constatou-se que a procrastinação acadêmica explica a presença do uso de redes sociais.

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

I. INTRODUCCIÓN

La pandemia ha transformado radicalmente los hábitos de estudio de los adolescentes. Según Fondo de las Naciones Unidas (UNICEF, 2020), 147 millones de estudiantes en Asia Meridional, 67 millones en África Oriental y Meridional, 25 millones en Europa Oriental y Asia Central, y 13 millones en América Latina y el Caribe no tuvieron acceso a la educación a distancia. Aproximadamente el 24% de los estudiantes de secundaria no accedieron a educación remota y el 18% no contó con los recursos tecnológicos necesarios, afectando a 48 millones de adolescentes.

En América Latina, La Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL, 2021) señaló que la probabilidad de completar la educación secundaria cayó del 56% al 42%, afectando especialmente a adolescentes de familias con bajo nivel educativo. En Chile, el 81% de las actividades pedagógicas se basaron en tareas autónomas, lo que llevó a muchos adolescentes a descuidar sus responsabilidades académicas. Además, el 98% de los estudiantes justificó su inactividad por la falta de recursos y cobertura de Internet.

En Perú, solo el 50,2% de los adolescentes de 14 a 17 años se dedica exclusivamente a sus estudios, según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2022). Además, el 22,2% estudia y trabaja, dificultando el cumplimiento de sus responsabilidades escolares. Conjuntamente, casi el 20% de los adolescentes no estudia ni trabaja, y el 10,8% solo trabaja, lo que son indicadores preocupantes para su crecimiento personal, académico y sociocultural.

Por otra parte, el uso de redes sociales entre adolescentes ha originado mayores expectativas de éxito, con casi el 60% de los jóvenes sintiendo más presión que generaciones anteriores. La Organización de las Naciones Unidas (ONU, 2021) reporta que el 17% de adolescentes confían mucho en las redes sociales, indicando

una relación entre el usuario y su uso. Además, globalmente existe un 78% de riesgo a contenidos violentos o sexualmente explícitos y un 79% de acoso en redes.

La educación a distancia ha incrementado el uso de redes sociales como recurso pedagógico. Según la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO, 2020), en siete países de América Latina, el 93% de los adolescentes usan internet para tareas escolares, el 66% se comunica con docentes y el 82% con otros estudiantes a través de redes sociales. Sin embargo, este uso frecuente puede provocar comportamientos adictivos.

Los adolescentes en el Perú representan una gran proporción de la población estudiantil. El Ministerio de Educación (MINEDU, 2021) informa que hay 3.018.000 adolescentes, con el 29,2% en Lima. La mayoría accede a redes sociales mediante sus celulares. En regiones como Callao, Lima, Arequipa y Tacna, más del 90% de los jóvenes de 12 a 19 años disponen de acceso a celulares, y en otras regiones supera el 80%, lo que agrava el riesgo de adicción. Es por ello, que se plantea la interrogante: ¿Cuál es la relación entre procrastinación académica y uso de redes sociales en adolescentes de una I.E. de Lima Sur - 2023?

En esta sección se presenta los antecedentes internacionales como el de Guamán y Ticsalema (2022) quienes hallaron asociación entre adicción a internet y procrastinación ($r=.34$) en adolescentes ecuatorianos. Así mismo, Ramírez et al. (2021) reportaron relación entre postergación de actividades y problemas ante el uso de las redes sociales en mujeres ($\rho=.33$) y varones ($\rho=.47$) de México. Además, Zabala (2021) encontró relación entre adicción a las redes sociales y postergación de actividades ($r=.11$) en adolescentes colombianos. A su vez, Nwosu et al. (2020) reportaron relación entre procrastinación y las redes sociales ($R^2=.55$) en estudiantes

de Nigeria. Por último, Azizi et al. (2019) hallaron relación entre adicción a las redes sociales y el rendimiento académico ($r = -.21$) en estudiantes de Irán.

Adicionalmente, se redactan las investigaciones nacionales cómo el de Yana et al. (2022) quienes hallaron que adicción a las redes sociales y procrastinación académica se asocian ($r = .71$) en adolescentes de Puno. Además, Retuerto (2021) halló relación entre uso de redes sociales y procrastinación académica ($\rho = .46$) en adolescentes de Lima. De manera similar, Inga et al. (2021) reportaron relación entre adicción a redes sociales y procrastinación académica ($\rho = .28$) en estudiantes de Junín. Por otra parte, Montaña (2019) no encontró relación entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica ($p > 0.05$) en adolescentes de Chiclayo. Por último, Paredes (2019) reportaron relación entre adicción a redes sociales y procrastinación ($r = .58$) en adolescentes de Paiján.

Seguidamente, se explican las bases teóricas de procrastinación académica, el cual se refiere al acto voluntario de postergar tareas académicas esenciales para fechas futuras, afectando negativamente el equilibrio personal y el desempeño académico (Mateo, 2022). Desde la psicología motivacional, la procrastinación surge al percibir una tarea como evitable, manteniéndose debido a pensamientos irracionales, angustia, conductas desadaptativas y un estado de ánimo negativo hacia la tarea específica (Morales, 2022). Aunque tradicionalmente se ha asociado a la falta de voluntad, actualmente se considera un problema de regulación emocional, donde la procrastinación actúa como una estrategia de reparación del estado de ánimo a corto plazo mediante actividades gratificantes (Velázquez, 2022).

El modelo teórico de procrastinación propuesto por Busko (1998) identifica tres componentes principales: El componente cognitivo se refiere a cómo una persona percibe y valora la tarea académica. El componente afectivo incluye sentimientos

como ansiedad, aburrimiento, frustración y culpa, que influyen en la motivación y capacidad para realizar la tarea. El componente de conducta se centra en las acciones que la persona toma en relación con la tarea.

De acuerdo con las dimensiones, se dividen en dos: La autorregulación de actividades abarca la planificación y gestión eficiente del tiempo, manteniendo la motivación antes, durante y después de las tareas académicas, anticipándose a la presión, asistiendo regularmente a clases y buscando ayuda cuando es necesario (Trujillo & Noé, 2020; Rojas, 2020). En contraste, la postergación de actividades se refiere a la tendencia a posponer tareas importantes hasta el último momento, considerando las materias académicas como desagradables y sustituyendo las tareas relevantes por otras menos importantes (Chávez, 2019; Salas et al., 2021).

Por otro lado, el uso de redes sociales se refiere a la adquisición de un hábito adictivo hacia estas plataformas virtuales, manifestándose en síntomas de ansiedad cuando no se tiene acceso, depresión ante la falta de respuestas e irritabilidad hacia quienes limitan su uso (Alarcón et al., 2021). Este comportamiento adictivo conduce a una tolerancia creciente, requiriendo más tiempo de conexión y estímulos para satisfacer necesidades personales y sociales (Flores & Serna, 2022). Además, el uso compulsivo implica monitoreo constante y nerviosismo, afectando negativamente el descanso, la alimentación y las relaciones interpersonales presenciales, priorizando los beneficios virtuales sobre los reales (Escobedo & Rodríguez, 2021).

El modelo teórico de Salas y Ecurra (2014) lo describen en términos de incremento de actividades, malestar por la falta de acceso, tolerancia al estímulo y negación de problemas asociados. Los autores destacan que estas características se observan en niños, adolescentes, jóvenes y adultos que usan redes sociales de

manera prolongada, superando los límites saludables. Además, su uso en situaciones inapropiadas afecta la atención y genera consecuencias negativas.

En cuanto las dimensiones del uso de redes sociales se dividen en tres: La obsesión por las redes describe la necesidad irracional de estar conectado y participar en la interacción virtual, con pensamientos recurrentes (Alcántara et al., 2021). La falta de control abarca el comportamiento compulsivo de acceso constante desde diferentes dispositivos, descuidando actividades personales, así como funciones como educación y socialización (Rosero et al., 2022). Finalmente, el uso excesivo implica dedicar una cantidad desproporcionada de tiempo a las redes sociales, estar en estado de alerta ante notificaciones y priorizar logros virtuales sobre metas reales, lo que puede deteriorar funciones cognitivas (Lobos et al., 2022).

Respecto a la justificación teórica, se pretende aportar información válida y objetiva que sirve como precedente a próximas investigaciones. Además, en la justificación práctica, se identificó el estado actual de los estudiantes con el fin de implementar programas psicoeducativos que sean funcionales a las necesidades de los adolescentes. A nivel social, beneficia a los adolescentes al proporcionar estrategias para manejar la procrastinación y el uso excesivo de redes sociales, mejorando su desempeño académico y bienestar personal.

En el objetivo general, se propone: Determinar la relación entre procrastinación académica y uso de redes sociales. Así mismo, se presentan los específicos: (OE1) Identificar los niveles de procrastinación académica. (OE2) Identificar los niveles del uso de redes sociales. (OE3) Establecer la relación entre procrastinación académica y las dimensiones del uso de redes sociales. (OE4) Establecer la relación entre el uso de las redes sociales y las dimensiones de procrastinación académica.

II. MÉTODO

2.1. Tipo y diseño

El tipo fue correlacional debido a que se precisó el grado en la que las dos variables se asocian, siendo determinado a través de la estadística (Sánchez et al., 2018). El diseño fue no experimental, puesto que, no se manipula las variables de manera deliberada, además, posee un corte transversal, ya que la información se recolectó en un tiempo determinado (Hernández & Mendoza, 2018).

2.2. Población, muestra y muestreo

La población fue de 1580 alumnos/as que oscilan entre 11 a 18 años, además, pertenecen entre 1ro a 5to del nivel secundaria de unidad educativa situado en Lima Sur. La muestra fue 320 estudiantes, el cual fue calculado por una formula estadística ($Z=95\%$, $p=0.9$, $q=0.1$, $e=0.03$).

El muestreo fue no probabilístico por conveniencia, puesto que la selección de la muestra se rige bajo la conveniencia del investigador, esto permite decidir la cantidad de participantes según la accesibilidad y condición (Hernández, 2021).

En los criterios se incluyeron participantes de secundaria, con rango de edades entre 11 y 18 años, y que participen voluntariamente. Sin embargo, se excluyeron participantes de otras instituciones educativas, aquellos en educación primaria o superior, y participantes que no firmen el consentimiento informado.

2.3. Hipótesis

En la hipótesis general se propone: Existe relación entre procrastinación académica y uso de redes sociales en adolescentes de una I.E. de Lima Sur - 2023. Así mismo, se plantean los específicos cómo: (HE1) Existe relación entre procrastinación académica y las dimensiones del uso de redes sociales. (HE2) Existe relación entre uso de redes sociales y las dimensiones de procrastinación académica.

2.4. Variables y operacionalización

Definición conceptual de procrastinación académica: Se refiere a la conducta de posponer constantemente una actividad académica pendiente, justificándose para evitar la culpa (Busko, 1998).

Definición conceptual de uso de redes sociales: Se refiere a la adicción caracterizada por conductas repetitivas que generan placer al estar conectado, y cuya ausencia provoca síntomas psicológicos y físicos (Salas & Ecurra, 2014).

2.5. Instrumentos o materiales

Escala de Procrastinación académica – EPA: fue creado por Busko (1998) en Canadá y adaptado en Lima Sur por Mori (2019). El constructo está constituido por 12 ítems en donde se mide de manera global, así mismo, se divide en dos dimensiones. Su medición es tipo Likert con puntajes directos, excepto el ítem 5 y 6. En cuanto la adaptación, Mori (2019) efectuó la validez por análisis exploratorio (KMO=.872, $p<.000$, VEA=46%) y por análisis confirmatorio (GFI= .96, CFI= .94, TLI=.92, RMSEA= .06, SRMR=.06), luego calculó la confiabilidad por consistencia en la escala total ($\alpha=.81$, $\omega=.81$).

En este estudio, se corroboró la estructura mediante la validez por análisis confirmatorio ($\chi^2=73.8$, $gl=51$, $p=.02$, CFI=.95, TLI=.93, SRMR=.06, RMSEA=.06, $\lambda>.200$), posteriormente, se estimó la confiabilidad por consistencia en la escala total ($\alpha=.76$, $\omega=.78$), por lo tanto, el instrumento es válido y confiable.

Cuestionario de adicción a redes sociales – ARS: fue elaborado por Salas y Ecurra (2014) en Perú. El constructo está compuesto por 24 ítems en donde se mide de manera general, así como también en tres dimensiones. Su medición es tipo Likert con puntajes directos, excepto el ítem 13. En cuanto su psicometría, ejecutó la validez por análisis exploratorio (KMO=.95, $X^2=4313.8$, $p<.00$, VEA=57.49%) y por análisis

confirmatorio ($\chi^2=353.27$, $RMR=.06$, $GFI=.92$ y $RMSEA=.04$), luego, aplicó la fiabilidad por consistencia en las tres dimensiones ($\alpha>.90$).

En este estudio, se examinó la estructura mediante la validez por análisis confirmatorio ($\chi^2=434$, $gl=220$, $p<.001$, $CFI=.90$, $TLI=.90$, $SRMR=.07$, $RMSEA=.08$, $\lambda>.300$), en donde el ítem 13 no reportó carga factorial aceptable ($\lambda=.016$), conforme a ello, se calculó la confiabilidad por consistencia en la escala total ($\alpha=.94$, $\omega=.94$), conforme a ello, el instrumento es válido y confiable.

2.6. Procedimientos

Primero, se solicitó una solicitud por parte de la Facultad dirigida a la dirección para su aprobación. Luego, se coordinaron los horarios con el director y los docentes para aplicar los instrumentos sin interferir con las horas académicas. Antes de la evaluación, se presentó un consentimiento escrito, indicando que la colaboración es voluntaria y que tomaría 20 minutos.

2.7. Análisis de datos

Se transfieren los datos al programa SPSS, en donde se examinaron las propiedades psicométricas de los constructos, luego se identificó los niveles y se estimó el test de normalidad (Komogorov Smirnov), el cual no se ajustó a la normalidad, es por ello que se empleó el modelo no paramétrico.

2.8. Aspectos éticos

Se brindó un consentimiento informado, asegurando la confidencialidad de los datos y su uso exclusivamente académico. Así mismo, se cumplieron los principios éticos de Helsinki, garantizando los derechos y la salud de los participantes. Además, el estudio siguió los lineamientos de la facultad y el formato APA 7ma edición, asegurando la originalidad del contenido mediante Turnitin (Colegio de Psicólogos del Perú, 2012).

III. RESULTADOS

Resultados descriptivos

Tabla 1

Niveles de procrastinación académica y sus dimensiones

Niveles	Procrastinación		Autorregulación		Postergación	
	f	%	f	%	f	%
Muy bajo	49	15.3	35	10.9	8	2.5
Bajo	83	25.9	103	32.2	61	19.1
Promedio	130	40.6	103	32.2	82	25.6
Alto	46	14.4	71	22.2	39	12.2
Muy alto	12	3.8	8	2.5	130	40.6
Total	320	100	320	100	320	100

En la tabla 1, se encontró que el 40.6% poseen una procrastinación académica promedio, seguido por el nivel bajo (25.9%), muy bajo (15.3%), alto (14.4%) y muy alto (3.8%), además, en la autorregulación académica predominaron los niveles bajo (32.2%) y promedio (32.2%) seguido por el nivel alto (22.2%), muy bajo (10.9%) y muy alto (2.5%), en cuanto la postergación prevaleció el nivel muy alto (40.6%) y se obtuvo menor frecuencia en el nivel promedio (25.6%), bajo (19.1%), alto (12.2%) y muy bajo (2.5%).

Tabla 2

Niveles de uso de redes sociales y sus dimensiones

Niveles	Uso de redes sociales		Obsesión		Falta de control		Uso excesivo	
	f	%	f	%	f	%	f	%
	Bajo	71	22.2	88	27.5	72	22.5	66
Medio	170	53.1	154	48.1	191	59.7	180	56.3
Alto	79	24.7	78	24.4	57	17.8	74	23.1
Total	320	100	320	100	320	100	320	100

En la tabla 2, se visualiza que el 53.1% presentan niveles moderados ante el uso de redes sociales seguido por el nivel alto (24.7%) y el bajo (22.2%), así mismo, en la obsesión se encontró mayor predominancia del nivel moderado con 48.1%, seguido por el nivel bajo (27.5%) y alto (24.4%), también, en falta de control predominó el nivel medio con 59.7% seguido por el nivel bajo (22.5%) y alto (17.8%), por último, según el uso excesivo, el 56.3% tienen niveles regulares y el 23.1% reportaron niveles superiores seguido por el nivel alto (23.1%) y bajo (20.6).

Tabla 3

Prueba de normalidad de las variables y sus dimensiones

Variable/Dimensiones	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Procrastinación académica	0.075	320	0.00
Autorregulación académica	0.079	320	0.00
Postergación de actividades	0.214	320	0.00
Uso de redes sociales	0.066	320	0.00
Obsesión	0.102	320	0.00
Falta de control	0.063	320	0.00
Uso excesivo	0.068	320	0.00

En la tabla 3, se realizó la prueba de normalidad (Kolmogorov Smirnov), en el cual la procrastinación académica y el uso de redes sociales con sus dimensiones reportaron índices inferiores a 0.05, esto significa que los datos no son homogéneos, por lo tanto, se empleó el modelo paramétrico (Rho).

Contrastación de hipótesis

Tabla 4

Relación entre procrastinación académica y uso de redes sociales

	Uso de redes sociales	
	Rho	,185**
Procrastinación académica	<i>p</i>	0.00
	N	320

En la tabla 4, se reportó una relación altamente significativa entre procrastinación académica y uso de las redes sociales ($p=0.00$), además, la relación fue directa y de fuerza muy débil ($\rho = .185$). Esto indica que los estudiantes que presentan conductas de procrastinación en sus actividades académicas, evidencian un mayor nivel en el uso de las redes sociales. En base a lo hallado, se afirma la hipótesis alterna.

Tabla 5

Relación entre procrastinación académica y dimensiones de uso de redes sociales

	Procrastinación académica	
Obsesión	Rho	,196**
	<i>p</i>	0.00
	N	320
Falta de control	Rho	0.11
	<i>p</i>	0.06
	N	320
Uso excesivo	Rho	,175**
	<i>p</i>	0.00
	N	320

En la tabla 5, se halló correlación altamente significativa entre procrastinación académica con la dimensión obsesión ($\rho = .196$) y uso excesivo ($\rho = .175$) ante el uso de redes sociales, además las tendencias son directas con magnitudes muy

débiles afirmando la hipótesis alterna, sin embargo, procrastinación académica y la falta de control evidenciaron un ($p=.06$) optando por la hipótesis nula. Por lo tanto, las conductas procrastinadoras en el entorno académico en el alumno, explicará la presencia de conductas obsesivas hacia las redes sociales con un uso excesivo.

Tabla 6

Relación entre uso de redes sociales y las dimensiones de procrastinación académica

		Uso de redes sociales
Autorregulación académica	Rho	,192**
	p	0.00
	N	320
Postergación de actividades	Rho	,687**
	p	0.00
	N	320

En la tabla 6, se halló correlación altamente significativa entre uso de redes sociales con las dimensiones de procrastinación ($p<0.05$), cómo autorregulación ($\rho= .192$) con tendencia directa y de fuerza muy débil, y también se correlacionó con postergación de actividades ($\rho= .687$) con tendencia directa y de grado fuerte. Esto indica que el uso descontrolado de las redes sociales en el adolescente, repercute en la autorregulación y en la postergación de sus actividades académicas. Según lo hallado, se corroboró la hipótesis alterna.

IV. DISCUSIÓN

Este estudio tuvo como propósito examinar la relación entre las variables en adolescentes, revelando su repercusión en el bienestar y rendimiento académico. El hallazgo principal mostró una relación directa muy débil entre procrastinación y redes sociales ($\rho = .185$). Esto significa que el uso excesivo de redes sociales contribuye a la tendencia de aplazar responsabilidades académicas, debido a las distracciones y recompensas instantáneas que ofrecen, dificultando la concentración en las tareas.

Estos resultados se asemejan con estudios que encontraron relación directa entre procrastinación académica y uso de las redes sociales en adolescentes de diversos colegios del Perú (Inga et al., 2021; Paredes, 2019; Retuerto, 2021; Yana et al., 2022), del mismo modo, Muslikah et al. (2018) hallaron relación directa entre procrastinación académica y el uso de las redes sociales en adolescentes de Indonesia, Así mismo, Guamán y Ticsalema (2022) reportaron relación directa entre procrastinación académica y adicción a internet en adolescentes ecuatorianos.

En cuanto lo hallado, el modelo teórico de Salas y Escurra (2014) explica que la dependencia hacia las redes sociales es más común en adolescentes y jóvenes, y si no se controla adecuadamente, afecta negativamente sus responsabilidades personales, académicas y familiares. Por otro lado, Busko (1998) sostiene que la procrastinación académica surge cuando los adolescentes reemplazan sus responsabilidades con actividades que les brindan placer a corto plazo; aunque son conscientes de las consecuencias, justifican sus malos hábitos creando un sesgo.

De acuerdo con los niveles de procrastinación y sus dimensiones, se identificó que el 64.4% de los alumnos evidencian una autorregulación baja, lo que indica dificultades en la planificación, concentración y motivación para regular sus responsabilidades académicas. Además, el 40.6% posponen frecuentemente sus

actividades, evidenciando problemas para iniciar y mantener tareas debido a la presión escolar. Por último, el 40.6% procrastinan regularmente en sus actividades académicas, lo que, aunque moderado, necesita atención para prevenir que se convierta en un hábito problemático.

Estos resultados hallados, se asemejan al estudio nacional de Retuerto (2021) quien encontró mayor porcentaje en el nivel moderado de procrastinación con 77.5% adolescentes de Lima, así mismo, Paredes (2019) halló que el 66.7% de los estudiantes de la región Paiján manifiestan niveles moderados de procrastinación, por su parte, Inga et al. (2021) evaluaron a estudiantes de educación superior de Junín, de los cuales el 90% manifiestan niveles moderados de procrastinación.

En base a ello, la procrastinación es un comportamiento que implica posponer actividades voluntariamente, priorizando acciones que brindan bienestar a corto plazo (Mateo, 2022). Este comportamiento, si no se aborda, puede afectar negativamente el entorno personal, laboral y profesional. Morales (2022) señala que la procrastinación interfiere con los hábitos de estudio y se justifica con pensamientos irracionales, lo que a largo plazo genera angustia, desadaptación, desmotivación y un estado de ánimo negativo frente a las responsabilidades.

Conforme a los niveles de redes sociales y sus dimensiones, se identificó que el 48.1% de los alumnos manifiestan niveles moderados de obsesión, mostrando preocupación sin una necesidad excesiva de estar conectados. Además, el 59.7% tienen dificultades para regular su uso, reconociendo la necesidad de limitar su tiempo, pero enfrentando desafíos para hacerlo consistentemente. Así mismo, el 56.3% muestran un uso excesivo moderado, dedicando una cantidad considerable de horas a las redes sociales. En general, el 53.1% de los evaluados aprovecha las redes

sociales de manera regular y frecuente sin que esto afecte su bienestar, manteniendo un equilibrio entre su uso y otras áreas de su vida.

Estos hallazgos coinciden con el estudio nacional de Retuerto (2021) en donde predominó el nivel moderado de uso de redes sociales con 71.1% adolescentes de Lima y también en sus dimensiones como obsesión (46.5%), falta de control (40.6%) y uso excesivo (43.3%), así mismo, a nivel internacional el estudio de Azizi et al. (2019) hallaron que el 70.6% de los estudiantes de Irán manifiestan niveles moderados de adicción a redes sociales, adicionalmente concluyó que los varones son más vulnerables a generar adicción a diferencia de las mujeres.

De acuerdo con lo expuesto, el uso frecuente y compulsivo de redes sociales puede generar adicción psicológica, afectando el desarrollo cognitivo, conductual y emocional (Vida et al., 2022). Por lo tanto, es crucial intervenir y prevenir estas conductas para regular la conectividad en plataformas sociales. Por su parte, Calle (2022) considera esta conducta desadaptativa como un trastorno clínico, identificado por síntomas como abstinencia, tolerancia a los estímulos, conflictos interpersonales, cambios de humor y recaídas, que repercuten en la salud y bienestar del individuo.

En el siguiente hallazgo, se encontró una correlación directa y muy débil entre la procrastinación académica y la obsesión por las redes sociales ($\rho = .196$) y el uso excesivo de estas ($\rho = .175$), aunque no hubo correlación con la falta de control ($p = 0.06$). Esto indica que la obsesión y el uso excesivo pueden distraer a los alumnos, dificultando su concentración y compromiso con el estudio, y ocupando tiempo que debería destinarse a actividades académicas, lo que contribuye a la procrastinación.

Conforme a estos resultados, otros estudios coinciden con dichos hallazgos como el de Yana et al. (2022) quien encontró correlación directa y moderada entre procrastinación académica y las dimensiones de adicción a redes sociales en

adolescentes de Puno, de la misma manera, Inga et al. (2021) evaluó a estudiantes de educación superior, los cuales reportaron correlación directa y débil entre procrastinación académica con las dimensiones de adicción a redes sociales, por su parte, Nwosu et al. (2020) encontró correlación directa y moderada entre procrastinación y el tiempo de uso en las redes sociales en adolescentes de Nigeria.

En base a ello, la procrastinación es el hábito de posponer responsabilidades académicas por actividades que generan placer a corto plazo (Mateo, 2022). Además, las redes sociales proporcionan satisfacción instantánea y fácil acceso, conforme a ello, Safdie (2022) describe dos enfoques para entender este comportamiento: el enfoque cognitivo, que implica buscar información, entretenimiento y construir una identidad digital; y el enfoque conductual, relacionado con la frecuencia y duración del uso de redes. Estos enfoques ayudan a abordar estas conductas para evitar impactos negativos en el bienestar a largo plazo.

En el último hallazgo, Se halló relación directa entre el uso de redes sociales y la autorregulación académica ($\rho = .192$) y la postergación de actividades ($\rho = .687$), con magnitudes que varían de muy débil a fuerte. Esto significa que las redes sociales pueden desconcentrar a los alumnos, dificultando su concentración y debilitando su autodisciplina. Además, el uso excesivo de estas plataformas aumenta la tendencia a aplazar las actividades académicas, ya que los alumnos prefieren pasar más tiempo en las redes sociales en lugar de estudiar o hacer tareas.

Dichos resultados, se asemejan al estudio nacional de Yana et al. (2022) quien encontró correlación directa entre adicción a redes sociales y las dimensiones de procrastinación académica en adolescentes de Puno, por su parte, Retuerto (2021) halló relación directa entre uso de redes sociales con las dimensiones de procrastinación en adolescentes de Lima, del mismo modo, Ramírez et al. (2021)

reportaron relación positiva entre problemas en el uso de redes sociales con postergación de actividades en adolescentes mexicanos durante el confinamiento, así mismo, Zabala (2021) encontró relación directa entre síntomas de adicción a redes sociales con postergación de actividades en adolescentes colombianos.

En cuanto a ello, el uso excesivo de redes sociales puede generar conductas desadaptativas que afectan a nivel personal, familiar y académico (Alarcón et al., 2021), es por ello que es necesario abordarlo ya que si no es regulado correctamente puede generar un adicción comportamental, en donde pasa la mayor parte de su tiempo conectado obviando otras responsabilidades, con respecto a esto, Domínguez et al., (2014) señalan que la falta de gestión y disciplina académica, así como la procrastinación, surgen de estímulos externos que proporcionan mayor satisfacción, creando malos hábitos que perjudican el rendimiento, desempeño y motivación en el entorno académico.

V. CONCLUSIONES

1. Existe relación directa entre procrastinación académica y uso de redes sociales en adolescentes ($\rho=.185$, $p<0.05$), lo que indica que la presencia de procrastinación se da por un uso desproporcionado de las redes sociales.
2. Se encontró que el 40.6% manifiestan un nivel promedio de procrastinación académica, además, en autorregulación académica predominó el nivel promedio-bajo con 64.4% y en postergación de tareas el nivel muy alto con 40.6%.
3. Se reveló que el 53.1% de los evaluados usan moderadamente las redes sociales, también se halló que el nivel moderado prevalece en obsesión por las redes con 48.1%, falta de control con 59.7% y en uso excesivo con 56.3%.
4. Existe relación positiva entre procrastinación con obsesión y uso excesivo de las redes sociales ($\rho= .196$, $.175$), no obstante, no se relaciona con falta de control ($p>0.05$), por lo tanto, los adolescentes con un mal hábito de procrastinación manifiestan características de obsesión y un uso excesivo, sin embargo, la falta de control no es un factor influyente en los evaluados.
5. Existe relación directa entre redes sociales con autorregulación académica y postergación ($\rho= .192$, $.687$), esto significa que los adolescentes que manipulan con regularidad las redes sociales suelen autorregular sus actividades académicas de manera ineficaz, además tienden a aplazar sus responsabilidades consecutivamente por estar conectado.

VI. RECOMENDACIONES

1. Proporcionar a los adolescentes técnicas y recursos concretos que les permitan administrar su tiempo de forma adecuada y dar prioridad a sus responsabilidades académicas. De esta manera, podrán disminuir la tendencia a procrastinar y aprovechar de manera más eficiente su tiempo de ocio.
2. Informar a los alumnos acerca de los potenciales efectos adversos que el uso excesivo de estas plataformas sociales puede tener en su desempeño académico, al mismo tiempo, se les debe proporcionar orientación sobre cómo establecer límites saludables y encontrar un equilibrio entre el tiempo destinado en las redes sociales, el estudio y otras actividades prioritarias.
3. Elaborar e implementar programas de intervención enfocados en abordar de manera directa la procrastinación académica, proporcionando estrategias de autorregulación adaptables, estos programas podrían incluir métodos para gestionar el tiempo de manera efectiva, establecer metas realistas y fomentar el desarrollo de habilidades organizativas.
4. Incentivar a los investigadores a desarrollar y validar nuevas herramientas de evaluación que midan de manera precisa y fiable tanto la procrastinación académica como los patrones de uso de redes sociales, estas herramientas deben ser adaptables a diferentes contextos culturales y educativos, y deben permitir la identificación temprana de comportamientos problemáticos.
5. Promover la colaboración entre investigadores de diversas disciplinas, para abordar de manera integral el fenómeno de la procrastinación y el uso de estas plataformas de red social; esta colaboración puede enriquecer el enfoque investigativo y generar intervenciones más efectivas y holísticas.

REFERENCIAS

- Alarcón, N., Bautista, N., & Jaimes, M. (2021). *Dependencia a las redes sociales y relaciones interpersonales presenciales* [Tesis de pregrado, Universidad Cooperativa de Colombia]. Repositorio institucional de la Universidad Cooperativa de Colombia. http://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/34446/4/2021_dependencia_redes_sociales.pdf
- Alcántara, K., Tortolero, R., & Silva, C. (2021). Valoración psicométrica del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) en adolescentes mexicanos. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 8(3), 26-34. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8079124>
- Azizi, S., Soroush, A., & Khatony, A. (2019). The relationship between social networking Addiction and academic performance in Iranian students of medical sciences: a cross-sectional study. *BMC psychology*, 7(1), 1-8. <https://bmcp psychology.biomedcentral.com/articles/10.1186/s40359-019-0305-0>
- Busko, D. (1998). *Causas y consecuencias del perfeccionismo y la procrastinación: Un modelo de ecuación estructural* [Tesis de posgrado, Universidad de Guelph]. Repositorio institucional de la Universidad de Guelph. https://atrium.lib.uoguelph.ca/xmlui/bitstream/handle/10214/20169/Busko_DeborahA_MA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Calle, I. (2022). *Adicciones comportamentales: diferencias y relación con el género y etapa evolutiva*. <https://repositorio.comillas.edu/xmlui/bitstream/handle/11531/61204/TFG-%20Calle%20Blanco%2c%20Irene.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Chávez, E. (2019). *Propiedades psicométricas de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) en estudiantes del nivel secundaria de instituciones educativas públicas del distrito de Comas, Lima, 2019* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional de la Universidad César Vallejo.

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/38033/Chavez_S EJ.pdf?sequence=3&isAllowed=y

Colegio de Psicólogos del Perú (2012). Código deontológico del psicólogo peruano. Concejo Directivo Nacional. <https://acortar.link/DceuQH>

Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL, 2021). *Losses and opportunities of secondary education in Latin America and the Caribbean during and after the pandemic*. <https://www.cepal.org/es/enfoques/retos-opportunidades-la-educacion-secundaria-america-latina-caribe-durante-despues-la>

Domínguez, S., Villegas, G., & Centeno, S. (2014). Academic procrastination: validation of a scale in a sample of students from a private university. *Liberabit*, 20(2), 293-304.
http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1729-48272014000200010&script=sci_arttext

Escobedo, G., & Rodríguez, M. (2021). Technophilia: compulsive use of ICT and social networks. *Current Problems and Possible Solutions* 2021, 116.
<http://www.cus.uadec.mx/docs/academicos/eventos/espanol/MEMORIAS%20FORO%202021.pdf#page=117>

- 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>
- Flores, E., & Serna, S. (2022). *Agresividad y dependencia emocional en adolescentes con pareja de Huamalíes, Huánuco 2022* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional de la Universidad César Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/95223/Flores_R-EN-Serna_DSf-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2020). *Al menos una tercera parte de los niños en edad escolar de todo el mundo no tuvo acceso a educación a distancia durante el cierre de las escuelas por COVID-19*. Reporte de prensa. <https://www.unicef.org/mexico/comunicados-prensa/al-menos-una-tercera-parte-de-los-ni%C3%B1os-en-edad-escolar-de-todo-el-mundo-no-tuvo>
- Guamán, E., & Tixsalema, 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 institucional 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, O. (2021). Approach to the different types of non-probabilistic sampling that exist. *Cuban Journal of General Integral Medicine*, 37(3). http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252021000300002

- 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>
- Inga, R., Mascaró, F., & Salome, R. (2021). *Relación entre adicción a redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de Medicina Humana de la región Junín – 2019* [Tesis de posgrado, Universidad Continental]. Repositorio institucional de la Universidad Continental.
https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/11455/1/IV_ME_MDES_PG_TE_Inga_Mascaró_Salome_2021.pdf
- Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2022). *Encuesta Nacional de Hogares (ENAHOG)*. <https://m.inei.gov.pe/prensa/noticias/el-724-de-la-poblacion-de-6-a-17-anos-de-edad-accedio-a-internet-13723/>
- Lobos, M., Ventura, J., Flores, A., & Umanzor, V. (2022). Adaptación psicométrica del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales en una muestra de adultos salvadoreños. *Entorno*, 1(73), 57-68.
<https://lamjol.info/index.php/entorno/article/view/14418/18181>
- Mateo, J. (2022). *A theoretical approach to procrastination*. *Renovation*.
https://www.researchgate.net/profile/Luis-Osorio-Munoz/publication/363284380_Revista_Renovacion_Nro_10_ISSN_2955-845X/links/6320d92b071ea12e362ecd19/Revista-Renovacion-Nro-10-ISSN-2955-845X.pdf#page=57
- Ministerio de Educación (MINEDU, 2021). *Marco orientador para la atención de adolescentes de educación secundaria*.
<https://repositorio.minedu.gob.pe/bitstream/handle/20.500.12799/7934/Marco>

%20orientador%20para%20la%20atenci%C3%B3n%20de%20adolescentes
%20de%20educaci%C3%B3n%20secundaria.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Montaño, G. (2019). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una institución educativa de Chiclayo* [Tesis de pregrado, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio institucional de la Universidad Señor de Sipán. <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/9163/Monta%3%b1o%20Sandoval%20Gabriela%20Nicolle.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Morales, S. (2022). *Influencia de la procrastinación académica sobre el estrés académico en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio institucional de la Universidad San Ignacio de Loyola. <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/e464aa19-21c2-4c9d-9903-70567081bced/content>

Mori, R. (2019). Propiedades psicométricas de la Escala de Procrastinación Académica en estudiantes de instituciones educativas de San Martín de Porres, Lima 2019 [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional de la Universidad César Vallejo. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/41444>

Muslikah, M., Mulawarman, M., & Adriyani, A. (2018). Social media user students' academic procrastination. *sikopedagogia Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 7(2), 53-57. <https://www.semanticscholar.org/paper/Social-Media-User-Students%E2%80%99-Academic-Muslikah-Mulawarman/3a4e714f0c4319d5b7d9580048d714405ff27367>

Naciones Unidas (2021). *UNICEF: A diferencia de sus mayores, los jóvenes piensan que el mundo se va convirtiendo en un mejor lugar.*
<https://news.un.org/es/story/2021/11/1500112>

Nwosu, K., Ikwuka, O., Onyinyechi, M., & Unachukwu, G. (2020). Does the Association of Social Media Use with Problematic Internet Behaviours Predict Undergraduate Students' Academic Procrastination?, *Canadian Journal of Learning and Technology*, 46(1). <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1267623.pdf>

Organización de las naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO, 2020). *La educación en tiempos de la pandemia de COVID – 19.*
<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000374075/PDF/374075spa.pdf>.
lti

Paredes, A. (2019). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una institución educativa del Distrito de Paján* [Tesis de posgrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional de la Universidad César Vallejo.
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/37872/paredes_ga.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Ramírez, E., Cuaya, I., Guzmán, M., & Rojas, J. (2021). Addiction to social networks and academic procrastination in university students during confinement due to COVID-19. *Contemporary dilemmas: Education, politics and values*, 8, 1-19.
https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-78902021000600020&script=sci_arttext_plus&tlng=es

Retuerto, D. (2021). *Uso de redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2021* [Tesis de posgrado, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio

institucional de la Universidad Cesar Vallejo.

<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/64803>

Rojas, L. (2020). *Propiedades psicométricas de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) en estudiantes de secundaria de instituciones educativas públicas del distrito de Puente Piedra, 2019* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional de la Universidad César Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/41769/Rojas_RL_A.pdf?sequence=5&isAllowed=y

Rosero, A., Eraso, J., Villalobos, F., & Herrera, H. (2022). Validación del Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) en una muestra de adolescentes colombianos. *Informes Psicológicos*, 22(2), 29-45. <https://revistas.upb.edu.co/index.php/informespsicologicos/article/view/7909>

Safdie, C. (2022). *Terapia cognitivo-conductual en el tratamiento de la adicción a internet y redes sociales en adolescentes* [Tesis de posgrado, Universidad de Belgrano]. Repositorio institucional de la Universidad de Belgrano. <http://repositorio.ub.edu.ar/handle/123456789/9683>

Salas, E., Copez, A., & Yance, V. (2021). Mapeo científico de las adicciones comportamentales en el caso de las revistas peruanas. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 15(2). <https://revistas.upc.edu.pe/index.php/docencia/article/view/1460>

Sánchez, H., Reyes, C., & Mejía, K. (2018). *Manual de términos de investigación científica, tecnológica y humanística. Vicerrectorado de investigación*. <http://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/1480/libro-manual-de-terminos-en-investigacion.pdf?sequence=1&isAllowed=>

- Velázquez, B. (2021). *Theoretical analysis of academic procrastination: towards a comprehensive understanding of the concept in postmodern societies*. XVI National Congress of Educational Research. https://www.researchgate.net/profile/Belen-Velazquez-Gatica/publication/357888896_Analisis_teorico_de_la_procrastinacion_academica_hacia_una_comprension_integral_del_concepto_en_las_sociedades_postmodernas/links/61e5c8189a753545e2d9cd6a/Analisis-teorico-de-la-procrastinacion-academica-hacia-una-comprension-integral-del-concepto-en-las-sociedades-postmodernas.pdf
- Xu, S. (2021). Academic procrastination of adolescents: a brief review of the literature. *online learning*, 21(39), 79. <http://article.psycholbehavsci.org/pdf/10.11648.j.pbs.20211006.12.pdf>
- Yana, M. Y., Adco, D., Alanoca, R., & Coila, M. (2022). Adding to social networks and academic procrastination among Peruvian teenagers during coronavirus Covid-19. *Interuniversity electronic journal of teacher training*, 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 institucional 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	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
<p>General ¿Cuál es la relación entre procrastinación académica y uso de redes sociales en adolescentes de una I.E. de Lima Sur - 2023?</p>	<p>General Determinar la relación entre procrastinación académica y uso de redes sociales en adolescentes de una I.E. de Lima Sur - 2023.</p> <p>Específicos a) Identificar los niveles de procrastinación académica y sus dimensiones en adolescentes de una I.E. de Lima Sur - 2023. b) Identificar los niveles del uso de redes sociales y sus dimensiones en adolescentes de una I.E. de Lima Sur - 2023. c) Establecer la relación entre procrastinación académica y las dimensiones del uso de redes sociales en adolescentes de una I.E. de Lima Sur - 2023. d) Establecer la relación entre uso de redes sociales y las dimensiones de procrastinación académica en adolescentes de una I.E. de Lima Sur - 2023.</p>	<p>General Existe relación entre procrastinación académica y uso de redes sociales en adolescentes de una I.E. de Lima Sur - 2023.</p> <p>Específicas HE1: Existe relación entre procrastinación académica y las dimensiones del uso de redes sociales en adolescentes de una I.E. de Lima Sur – 2023. HE2: Existe relación entre uso de redes sociales y las dimensiones de procrastinación académica en adolescentes de una I.E. de Lima Sur – 2023.</p>	<p>Variable 1: Procrastinación académica Dimensiones D1: Autorregulación académica D2: Postergación de actividades</p> <p>Variable 2: Uso de redes sociales Dimensiones D1: Obsesión por las redes sociales. D2: Control personal en el uso de las redes sociales D3: Uso excesivo de las redes sociales</p>	<p>Enfoque: Cuantitativo</p> <p>Tipo: Correlacional</p> <p>Diseño: No experimental</p> <p>Población: 1580 estudiantes de ambos sexos que oscilan entre 11 a 18 años.</p> <p>Muestra: 320 estudiantes.</p> <p>Muestreo: No probabilística por conveniencia</p> <p>Instrumento para la recolección de datos Escala de Procrastinación académica – EPA de Busko (1998) Cuestionario de adicción a redes sociales – ARS de Salas y Ecurra (2014)</p>

ANEXO 2: OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala
Procrastinación académica	Se refiere a la conducta por la cual posterga constantemente una actividad académica pendiente, o promete realizarlo, a través de justificaciones y excusas para no cargar con la culpa (Busko, 1998).	El constructo se mide a través del puntaje total de la Escala de procrastinación académica de Busko (1998).	Autorregulación	Gestión de tiempo, hábito de estudio, búsqueda de ayuda	Ordinal
			Postergación	Retraso, desviación de prioridades, falta de preparación	
Uso de redes sociales	La adicción son criterios conductuales que se emplea constantemente debido al placer que genera como consecuencia de la conducta, y cuando la persona retiene dicha conducta suele generar síntomas psicológicos y físicos (Salas y Ecurra, 2014).	El constructo se mide a través del puntaje total del Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) de Ecurra y Salas (2014).	Obsesión	Pensamiento recurrente, actualización compulsiva, impacto de la identidad	Ordinal
			Falta de control personal	Acceso compulsivo, interferencia de actividades, automatización del acceso	
			Uso excesivo	Tiempo desproporcionado, estado de alerta constante, prioridad a logros virtuales.	

ANEXO 3: INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN

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

Nº	ítems	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.					

CUESTIONARIO DE ADICCIÓN A REDES SOCIALES – ARS

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:

SIEMPRE	CASI SIEMPRE	ALGUNAS VECES	Rara vez	NUNCA
S	CS	AV	RV	N

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					

ANEXO 4: VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

Validez de estructura interna

Modelo de ajuste de procrastinación académica

χ^2	df	p	CFI	TLI	SRMR	RMSEA
73.8	51	0.02	0.95	0.93	0.06	0.06

Matriz de estructura de la Escala de Procrastinación Académica

Factor	Indicator	Estimate	SE	Z	p	Stand. Estimate
Factor 1	EPAItem1	0.127	0.094	1.35	< .001	0.230
	EPAItem2	0.697	0.094	7.44	< .001	0.638
	EPAItem12	-0.700	0.107	-6.56	< .001	0.576
	EPAItem3	0.49	0.111	4.42	< .001	0.409
	EPAItem4	0.167	0.095	1.76	< .001	0.269
	EPAItem5	0.537	0.082	6.56	< .001	0.579
	EPAItem8	0.722	0.097	7.45	< .001	0.639
	EPAItem9	0.922	0.088	10.47	< .001	0.821
	EPAItem10	0.716	0.085	8.38	< .001	0.700
	EPAItem11	0.801	0.083	9.71	< .001	0.778
Factor 2	EPAItem6	0.876	0.336	2.60	< .001	0.739
	EPAItem7	-1.061	0.403	-2.63	< .001	0.836

Confiabilidad por consistencia interna

Fiabilidad de la Escala de Procrastinación Académica

	Cronbach's α	McDonald's ω
Escala total	0.76	0.78

ANEXO 5: VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DE USO DE REDES SOCIALES

Validez de estructura interna

Modelo de ajuste de adicción a redes sociales

χ^2	df	P	CFI	TLI	SRMR	RMSEA
434	220	< .001	0.90	0.90	0.07	0.08

Matriz de estructura del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales

Factor	Indicator	Estimate	SE	Z	p	Stand. Estimate
Factor 1	ARSItem2	0.848	0.089	9.54	< .001	0.754
	ARSItem3	0.787	0.101	7.78	< .001	0.650
	ARSItem5	0.866	0.101	8.59	< .001	0.701
	ARSItem6	0.726	0.098	7.43	< .001	0.630
	ARSItem7	0.822	0.087	9.49	< .001	0.754
	ARSItem13	0.020	0.121	0.17	0.87	0.016
	ARSItem15	0.941	0.094	10.05	< .001	0.781
	ARSItem19	0.892	0.100	8.96	< .001	0.722
	ARSItem22	0.989	0.111	8.90	< .001	0.718
	ARSItem23	0.706	0.104	6.77	< .001	0.578
Factor 2	ARSItem4	0.891	0.107	8.33	< .001	0.676
	ARSItem11	0.864	0.098	8.79	< .001	0.711
	ARSItem12	0.435	0.120	3.63	< .001	0.338
	ARSItem14	0.614	0.118	5.20	< .001	0.458
	ARSItem20	0.889	0.101	8.79	< .001	0.707
	ARSItem24	0.816	0.107	7.60	< .001	0.638
Factor 3	ARSItem1	0.889	0.093	9.56	< .001	0.753
	ARSItem8	0.709	0.098	7.22	< .001	0.611
	ARSItem10	0.845	0.101	8.34	< .001	0.682
	ARSItem16	0.841	0.098	8.55	< .001	0.695
	ARSItem17	0.887	0.094	9.48	< .001	0.753
	ARSItem18	0.794	0.108	7.32	< .001	0.616
	ARSItem21	0.778	0.097	8.03	< .001	0.661

Confiabilidad por consistencia interna

Fiabilidad del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales

	Cronbach's α	McDonald's ω
Escala total	0.94	0.94

ANEXO 6: FORMATO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Consentimiento Informado

La presente investigación es conducido por John Aparicio Cáceres como parte de la elaboración de la investigación en Psicología de la Universidad Autónoma, asesorado por el docente Mag. Javier Jesús Vivar Bravo. El objetivo de este estudio es “Determinar la relación entre procrastinación académica y uso de redes sociales en adolescentes de una I.E. de Lima Sur - 2023”.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria y anónima. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Usted puede suspender su participación en cualquier momento.

Además, si tiene alguna duda, puede hacer preguntas en todo momento llamando al teléfono indicado. Si bien no se entregarán resultados individuales, debido a que estos no se tendrán por el carácter anónimo del estudio, si usted tiene deseos de conocer los resultados generales de la investigación, puede contactar a su autor al siguiente correo electrónico: japaricio@autonoma.edu.pe

Desde ya le agradecemos su participación

SÍ ACEPTO participar voluntariamente en esta investigación

.....
Participante

.....
Firma

.....
Fecha

ANEXO 7: PERMISOS DE AUTORES

ARS Externo Recibidos x



Edwin Salas <e.salasb@hotmail.com>

para ramosyennifer18@gmail.com, mi, u19209138@utp.edu.pe, PRISCILLA, Gilberto, pool_requena@usmp.pe ▾

Estimados jóvenes

Me solicitaron autorizar el uso del ARS en sus respectivos estudios. Tienen la autorización. Adjunto estoy remitiendo un documento que los ayudará a calificar e interpretar resultados.}

Saludos cordiales

Edwin Salas-Blas

Investigador de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas

Investigador CONCYTEC: [Perfil](#)

Researchgate: https://www.researchgate.net/profile/Edwin_Salas2

ORCID: orcid.org/0000-0002-0625-0313

SCOPUS-ID: 57191970571: <https://www.scopus.com/authorid/detail.uri?authorid=57191970571>

Scholar Google: <https://scholar.google.es/citations?user=RooGRugAAAAJ&hl=es>

Autores-Redalyc: <https://www.redalyc.org/BusquedaAutorPorNombre.oga?g=%22+Edwin++Salas-Blas%22>

Linkedin: <https://pe.linkedin.com/in/edwin-salas-blas-1bb63755>



Sergio Domínguez <sdominguezmpcs@gmail.com>

@ 27 jul 2023, 15:46 ☆ ↶ ⋮

para mí ▾

Estimado John, muchas gracias por el interés. Te envío la escala trabajada en Perú, clave, y artículos donde fue usada.

Además, es bueno agregar que los test como este no tienen manual o algo así ya que son pruebas de difusión académica, no son tests comerciales (como los que vende TEA o MANUAL MODERNO). Podrían elaborarse, sí, pero no fue el objetivo de las investigaciones. En tal sentido, tendrías que enfocarte más en aspectos teóricos y estudios psicométricos para sustentar su uso, y "construir" la ficha técnica (si te la solicitan) en base a los datos que figuran en los artículos de validación.

Preferiríamos que el cuestionario no se coloque como anexo en la tesis.

Saludos cordiales.

.....

Dr. SERGIO ALEXIS DOMINGUEZ LARA

Perfil CONCYTEC: https://dina.concytec.gob.pe/appDirectorioCTI/VerDatosInvestigador.do?id_investigador=16766

Researchgate: https://www.researchgate.net/profile/Sergio_Dominguez_Lara/

ORCID: <http://www.orcid.org/0000-0002-2083-4278>

SCOPUS-ID: 56287930500 (<https://www.scopus.com/authorid/detail.uri?authorid=57195581686>)

Scholar Google: <https://scholar.google.com.pe/citations?user=tdSLecAAAAJ&hl=es>

...

ANEXO 8: PERMISO DEL DIRECTOR PARA EVALUACIÓN



"Año de la Unidad, la Paz y el Desarrollo"

Lima Sur, 02 de Junio del 2023

Lic. Jorge Reynaldo Nina Frisancho
Director de la I.E. 6067 Juan Velasco Alvarado
Villa el Salvador

Presente. -

De nuestra mayor consideración, es grato dirigimos a Usted para expresarle nuestro cordial saludo a nombre de las autoridades de la Universidad Autónoma del Perú y el mío propio, así mismo, aprovechamos la oportunidad para solicitarle autorice el ingreso a la institución que Ud. dignamente dirige, de nuestro estudiante de la Carrera Académico Profesional de Psicología - Facultad de Ciencias Humanas, quien como parte de la tesis titulada: *"Procrastinación académica y uso de redes sociales en adolescentes de una I.E. de Lima Sur - 2023"*, desea aplicar pruebas psicológicas dirigido a los estudiantes del nivel secundaria de su representada institución. Todo ello servirá para el recojo de datos para la mencionada investigación. La persona encargada que realizará dicha actividad es:

APARICIO CACERES, JOHN WILSON

DNI: 43374455

Él se pondrá en contacto para coordinar con Ud. los detalles pertinentes.
Esperando contar con su valioso apoyo y agradeciendo a su gentil atención, reitero mi cordial saludo.

Atentamente

Taniht Cubas Romero

Directora

Escuela Profesional de Psicología



ANEXO 9: EVIDENCIA

