



Autónoma
Universidad Autónoma del Perú

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

TESIS

DEPENDENCIA A LAS REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA
EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LIMA SUR

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

AUTORA

ANTONIA JUANA CHIRA SOTO (ORCID: 0009-0000-7420-6384)

ASESORA

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

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN DEL PROGRAMA

PROBLEMAS RELACIONADOS AL ÁMBITO EDUCATIVO

LÍNEA DE ACCIÓN RSU

SALUD Y BIENESTAR

LIMA, PERÚ, NOVIEMBRE 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

Chira Soto, A. J. (2024). *Dependencia a las redes sociales y procrastinación académica en adolescentes de una institución educativa 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	Antonia Juana Chira Soto
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	74846165
URL de ORCID	https://orcid.org/0009-0000-7420-6384
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	Norma Beatriz Fajardo Palacios
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	08824056
Secretario del jurado	
Nombres y apellidos	Angelica Lizbeth Curi Torres
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	42416658
Vocal del jurado	
Nombres y apellidos	Erick Gino Briceño Angulo
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	44649451
Datos de la investigación	
Título de la investigación	Dependencia a las redes sociales y procrastinación académica en adolescentes de una institución educativa 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#5.01.00

**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. NORMA BEATRIZ FAJARDO PALACIOS como presidenta, la MAG. ANGELICA LIZBETH CURI TORRES como secretaria y el MAG. ERICK GINO BRICEÑO ANGULO como vocal, reunidos en acto público para dictaminar la tesis titulada:

**DEPENDENCIA A LAS REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN
ACADÉMICA EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE
LIMA SUR**

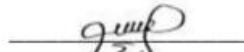
Presentado por la bachiller:
CHIRA SOTO ANTONIA JUANA

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

En fe de lo cual firman los miembros del jurado, el 06 de noviembre de 2024.



PRESIDENTA
DRA. NORMA BEATRIZ
FAJARDO PALACIOS



SECRETARIA
MG. ANGELICA LIZBETH
CURI TORRES



VOCAL
MG. ERICK GINO BRICEÑO
ANGULO

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:

Dependencia a las redes sociales y procrastinación académica en adolescentes de una institución educativa de Lima Sur

De la bachiller Antonia Juana Chira Soto, 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 Febrero de 2025



Silvana Graciela Varela Guevara

DNI: 47283514



DEDICATORIA

A Dios, quien me ha brindado la fortaleza necesaria para alcanzar uno de mis más grandes anhelos. A mi madre, por su amor incondicional, esfuerzo y sacrificio a lo largo de los años, cuyo apoyo ha sido fundamental para llegar hasta aquí y forjar lo que soy hoy. También a mi hija, quien es mi mayor inspiración y la razón por la que continúo con firmeza en este camino.

AGRADECIMIENTOS

Expreso mi profundo agradecimiento a Dios, cuya gracia ha sido una fuente constante de fortaleza en mi vida. Asimismo, valoro el apoyo incondicional de mi familia, quienes han estado presentes a lo largo de este camino. Aprecio la oportunidad de haberme formado en esta distinguida universidad y a su plata docente.

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	25
VI. RECOMENDACIONES	26
REFERENCIAS	
ANEXOS	

LISTA DE TABLAS

Tabla 1	Niveles de dependencia a las redes sociales
Tabla 2	Niveles de procrastinación académica
Tabla 3	Pruebas de normalidad de las variables
Tabla 4	Hipótesis general
Tabla 5	Hipótesis específica 1
Tabla 6	Hipótesis específica 2

DEPENDENCIA A LAS REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LIMA SUR

ANTONIA JUANA CHIRA SOTO

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMEN

Esta exploración tiene como objetivo analizar la relación entre la dependencia a las redes sociales y la procrastinación académica en una muestra de 366 alumnos que cursan entre tercero y quinto del nivel secundaria de una escuela de Villa El Salvador, del departamento de Lima – Perú. De acuerdo con la metodología, fue de tipo correlacional con diseño no experimental, y se aplicó el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales – ARS (Salas y Escurra, 2014) y la Escala de Procrastinación Académica – EPA (Busko, 1998). En los resultados descriptivos prevaleció el nivel moderado en dependencia a las redes sociales con 55.2% y en procrastinación con 53.3%, además, existe correlación entre las variables de estudio ($\rho=.304$), de la misma manera, dependencia a las redes sociales se correlaciona con autorregulación académica ($\rho= -.422$) y postergación de actividades ($\rho=.338$), así mismo, procrastinación académica se correlaciona con obsesión ($\rho= .288$), falta de control personal ($\rho= .270$) y uso excesivo ($\rho=.266$). Estos hallazgos concluyen que los escolares con un uso descontrolado en las plataformas sociales, suelen procrastinar en sus responsabilidades escolares.

Palabras clave: dependencia, adicción, procrastinación, autorregulación

DEPENDENCE ON SOCIAL NETWORKS AND ACADEMIC PROCRASTINATION IN ADOLESCENTS IN AN EDUCATIONAL INSTITUTION IN SOUTHERN LIMA

ANTONIA JUANA CHIRA SOTO

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

ABSTRACT

This study aimed to examine the association between social network dependence and procrastination in a sample of 366 students studying between third and fifth grade level in a secondary institution in Villa El Salvador, in the department of Lima, Peru. According to the methodology, it was correlational with a non-experimental design, and the Social Network Addiction Questionnaire - ARS (Salas and Escurra, 2014) and the Academic Procrastination Scale - EPA (Busko, 1998) were applied. In the descriptive results, the moderate level in dependence on social networks predominated with 55.2% and in academic procrastination with 53.3%, in addition, there is a correlation between dependence on social media and procrastination ($\rho=.304$), in the same way, dependence on social networks correlates with academic self-regulation ($\rho= -.422$) and procrastination ($\rho=.338$), likewise, academic procrastination correlates with obsession ($\rho= .288$), absence of self-control ($\rho=.270$) and extreme use ($\rho=.266$). These findings conclude that students with uncontrolled use of social networks tend to procrastinate in their academic activities.

Keywords: dependency, addiction, procrastination, self-regulation

DEPENDÊNCIA DE REDES SOCIAIS E PROCRASTINAÇÃO ACADÊMICA EM ADOLESCENTES DE UMA INSTITUIÇÃO EDUCACIONAL NO SUL DE LIMA

ANTONIA JUANA CHIRA SOTO

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMO

Esta investigação teve como propósito analisar a associação entre dependência das mídias sociais e procrastinação em 366 escolares que cursavam entre o terceiro e o quinto ano do ensino médio em uma escola de Villa El Salvador, província de Lima, Peru. De acordo com a metodologia, foi correlacional com um desenho não experimental, e foram aplicados o Social Network Addiction Questionnaire - ARS (Salas e Ecurra, 2014) e a Escala de Procrastinação Acadêmica - EPA (Busko, 1998). Nos resultados descritivos, predominou o nível moderado na dependência de redes sociais com 55,2% e na procrastinação acadêmica com 53,3%, além disso, há um vínculo entre a dependência de redes sociais e a procrastinação acadêmica ($\rho = .304$), da mesma forma, a dependência das redes sociais se correlaciona com a autorregulação acadêmica ($\rho = -.422$) e a procrastinação ($\rho = .338$), assim como a procrastinação acadêmica se correlaciona com a obsessão ($\rho = .288$), a falta de controle pessoal ($\rho = .270$) e o uso excessivo ($\rho = .266$). Esses resultados concluem que os alunos com uso descontrolado das redes sociais tendem a procrastinar em suas atividades acadêmicas.

Palavras-chave: dependência, vício, procrastinação, autorregulação

I. INTRODUCCIÓN

La American Broadcasting Company (ABC, 2019) informa que el uso inadecuado de las redes sociales se asocia con trastornos del estado de ánimo en sus usuarios, también destaca que utilizar 7 de las 11 redes sociales más populares incrementa 3 veces el riesgo de sufrir depresión y ansiedad en comparación con otros usuarios. Además, 7 de cada 10 jóvenes han sido víctimas de ciberacoso, reflejando los riesgos presentes en las redes sociales.

A nivel internacional, el aprendizaje a distancia ha incrementado el uso de redes sociales. Según la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO, 2020), en 7 países de América Latina, el 93% de los adolescentes usan internet para tareas escolares. Entre los estudiantes de 15 años, el 66% usan redes sociales para comunicarse con sus docentes y el 82% para comunicarse con otros estudiantes.

A nivel nacional, el Ministerio de Educación (MINEDU, 2021) indica que en Perú hay 3,018,000 adolescentes, de los cuales el 29.2% reside en Lima. La mayoría accede a redes sociales mediante dispositivos celulares, con más del 90% de adolescentes de 12 a 19 años en Callao, Lima, Arequipa y Tacna, y más del 80% en Lambayeque, Tumbes, La Libertad, Ica, Moquegua, Junín y Madre de Dios.

Por otro lado, la procrastinación, es la acción de aplazar deberes importantes, se ha visto agravada por la epidemia (COVID-19) y los cambios en la enseñanza. Según la UNESCO (2020), en Kazajistán, Kirguistán, Tayikistán, Uzbekistán, Rusia, Bielorrusia, Turquía, Hungría y Austria, cerca del 20% de los jóvenes se sienten indiferentes y procrastinan constantemente en sus obligaciones académicas. Además, el 25% reportó dificultades para adaptarse al nuevo formato educativo, y el 20% se muestra apático en la gestión de su tiempo.

A nivel internacional, muchos estudiantes no regresaron a clases cuando las escuelas reabrieron. Según el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2022), 147 millones de niños y niñas perdieron más de la mitad de la educación presencial en los últimos dos años. En Sudáfrica, 750,000 estudiantes no asistieron; en Kenia, el 16% de mujeres y el 8% de hombres no regresaron a clases. Además, el 43% de los escolares de colegios nacionales en Liberia no retornaron y en Malawi la deserción escolar en las adolescentes féminas incrementó a 48%, esto pronostica una disminución en el logro de metas académicas.

A nivel nacional, muchos adolescentes comparten su tiempo de estudio con otras necesidades. Según el INEI (2022), solo el 50.2% de los adolescentes de 14 a 17 años se dedica por completo a sus actividades académicas, mientras que el 22.2% estudia y trabaja, lo cual dificulta cumplir con sus responsabilidades escolares. Además, casi el 20% de los estudiantes no estudian ni trabajan y el 10.8% solo trabaja, aumentando el riesgo de fracaso escolar y destacando la preocupación por la procrastinación académica. Conforme a ello, se formula el interrogante: ¿Cuál es la relación entre dependencia a las redes sociales y procrastinación académica en adolescentes de una institución educativa de Lima Sur?

Se revisó estudios internacionales, en donde en Guamán y Ticsalema (2022) reportaron correlación entre procrastinación y adicción a internet ($r=.34$) en escolares ecuatorianos. En México, Ramírez et al. (2021) encontró que las mujeres y varones reportaron relación entre aplazamiento de tareas y los problemas por el manejo de redes sociales ($\rho=.329, .337$). En Colombia, Zabala (2021) halló que la red social se asocia con aplazamiento ($r=109$) en adolescentes. En Nigeria, Nwosu et al. (2020) hallaron relación entre procrastinación y el tiempo en redes sociales ($R^2 = .55$) en

escolares. En Irán, Azizi et al. (2019) reportaron asociación entre rendimiento escolar y las redes sociales ($r = -.210$) en escolares.

Seguidamente, se describen los antecedentes nacionales cómo el de Yana et al. (2022) quienes encontraron correlación entre adicción a redes sociales y procrastinación académica ($r = .71$) en adolescentes. En Lima, Camacho (2022) halló relación entre adicción a redes sociales y procrastinación académica ($\rho = .20$) en adolescentes. Así mismo, Chamorro (2021) reportó relación entre adicción a redes sociales y procrastinación académica ($r = .30$) en adolescentes. Además, Retuerto (2021) halló asociación entre uso de redes sociales y procrastinación académica ($\rho = .46$) en adolescentes. En Arequipa, Cahuana (2019) encontró correlación entre procrastinación académica y adicción a redes sociales ($\rho = .30$) en adolescentes.

A partir de este punto, se explican las bases teóricas de dependencia a las redes sociales, el cual es una incapacidad para controlar su uso, lo que puede desencadenar efectos adversos en la cotidianidad del individuo, como una disminución en su desempeño académico y en la interacción social presencial (Crespo et al., 2021). Es una forma particular de adicción en la que las personas experimentan síntomas de abstinencia, pérdida de control, tolerancia y conflictos interpersonales debido al uso excesivo de las redes sociales (Moreira et al., 2021). Además, las personas con esta dependencia suelen experimentar ansiedad y malestar cuando no están conectadas, utilizando las redes sociales para evadir problemas personales y emocionales (Hernández & Rayón, 2021).

En cuanto los modelos teóricos, el modelo de Griffith (2013) sugiere que la dependencia a las redes sociales se vincula con la satisfacción de necesidades sociales y emocionales. Identifica cinco factores: gratificación (satisfacción al usar redes sociales), uso excesivo (tiempo invertido), dependencia emocional (necesidad

de conexión emocional), adicción (falta de control) y dependencia social (necesidad de conexión con otros).

Según sus dimensiones, se compone en tres cómo: (1) Obsesión, que evalúa la intensidad de los ideas y emociones relacionados con el uso, como la necesidad constante de verificarlas, la preocupación por lo que sucede en ellas y la dificultad para concentrarse en otras actividades debido a la necesidad de estar en línea. (2) La falta de control, mide la capacidad del sujeto para controlar su uso hacia las redes sociales, incluyendo la dificultad para dejarlas, la sensación de pérdida de control y el uso de las redes como escape de problemas o sentimientos negativos. (3) El uso excesivo, cuantifica el tiempo dedicado a las redes sociales, incluyendo las horas diarias de uso, la frecuencia semanal y el grado en que interfiere con otras actividades (Salas & Escurra, 2014).

Potro lado, se explican las bases teóricas de procrastinación académica, el cual es la conducta de retrasar o posponer el inicio o la finalización de tareas académicas, a pesar de ser consciente de las repercusiones negativas en el desempeño académico y la salud mental (Latipah et al., 2021). Según Uzun et al. (2020), es un patrón de comportamiento donde se posponen tareas académicas importantes, afectando el rendimiento y la salud mental, y está asociado con elementos como una autoestima disminuida y la carencia de motivación.

El modelo teórico de procrastinación académica de Busko (1998) explica que los estudiantes postergan sus tareas debido a la ansiedad y el miedo al fracaso, el perfeccionismo y la falta de habilidades de autogestión. Además, el temor al fracaso y la ansiedad hacen que los escolares eviten sus responsabilidades, así mismo, el perfeccionismo los lleva a esperar hasta sentirse completamente preparados, y la carencia de autogestión dificulta la planificación y administración del tiempo.

Según Moreta y Durán (2018), la procrastinación se distribuye en dos factores: (1) La autorregulación, es la capacidad de planificar, monitorear y evaluar el propio aprendizaje; una baja capacidad en esta área dificulta mantener la motivación y concentración, aumentando la tendencia a procrastinar. (2) La postergación de tareas, es el hábito de posponer tareas académicas, incluso sabiendo las consecuencias negativas, y ocurre cuando la tarea se percibe como abrumadora, ansiosa, tediosa o poco interesante.

Seguidamente, se detallan las justificaciones del estudio, en donde en términos teóricos, este estudio proporciona información objetiva y válida que puede utilizarse como precedente para futuros estudios que exploren la interacción de ambas variables. En cuanto a la justificación metodológica, se emplearon herramientas psicométricas para medir cada variable, los cuales están adaptados al contexto, asimismo, se evaluaron las psicometrías para asegurar que las herramientas sean aplicables. Y en el ámbito práctico, se evaluó el estado actual de los estudiantes a través de diferentes niveles sirviendo como recursos para implementar programas psicoeducativos que se ajusten a las demandas de los escolares según el grado de procrastinación o dependencia a las plataformas sociales que presenten en los hallazgos.

También se plantean los objetivos: **O_G**: Determinar la relación que existe entre dependencia a las redes sociales y procrastinación en adolescentes; **O_{E1}**: Identificar el nivel de dependencia a las redes sociales, **O_{E2}**: Identificar los niveles de procrastinación académica, **O_{E3}**: Establecer la relación entre dependencia a las redes sociales y las dimensiones de procrastinación académica, **O_{E4}**: Establecer la relación entre las dimensiones de dependencia a las redes sociales y la procrastinación académica.

II. MÉTODO

2.1. Tipo y diseño

El tipo fue correlacional, debido a que se buscó determinar la relación entre dos variables a través de datos estadísticos (Galarza, 2020). El diseño fue no experimental de corte transaccional, ya que no se manipuló las variables y se recopilaron datos en un momento y en un corto periodo (Hernández et al., 2014).

2.2. Población, muestra y muestreo

La población fue 366 alumnos que oscilan entre 14 a 18 años, en cuanto su nivel académico, cursan entre tercero y quinto de educación secundaria de una escuela situada en Villa El Salvador, Lima – Perú. En este estudio, se evaluó a todos los participantes de la población, por lo tanto, la muestra fue censal (Hernández et al., 2014).

El muestreo fue no probabilístico por conveniencia, puesto que se eligieron a las personas que resultan más convenientes o fáciles de alcanzar en el momento de llevar a cabo el estudio (Hernández, 2021). En la selección de muestra, se incluyeron estudiantes de 3er a 5to grado que aceptaron participar voluntariamente firmando el asentimiento informado. Por otro lado, se excluyeron estudiantes con dificultades mentales, aquellos que no completaron correctamente sus pruebas, estudiantes de otros colegios y los que cursan de 1ro a 2do grado.

2.3. Hipótesis

En la hipótesis general, se propone: Existe relación entre dependencia a las redes sociales y procrastinación en adolescentes. Así mismo, se plantean los específicos cómo: **(H₁)** Existe relación entre dependencia a las redes sociales y los factores de procrastinación académica. **(H₂)** Existe relación entre los factores de dependencia a las redes sociales y la procrastinación académica.

2.4. Variables y operacionalización

Definición conceptual de dependencia a las redes sociales: es una condición psicológica en la que una persona siente una fuerte necesidad de conectarse a través de estas plataformas sin poder controlar su comportamiento (Salas & Ecurra, 2014).

Definición conceptual de procrastinación académica: es la tendencia de retrasar voluntaria y sistemáticamente la realización de tareas, a pesar de conocer las consecuencias negativas para su desempeño académico (Busko, 1998).

2.5. Instrumentos o materiales

El Cuestionario "ARS" fue construido por Salas y Ecurra (2014) en Perú. Su estructura está compuesta por tres dimensiones y 24 ítems. Según su calificación, el instrumento cuenta con medición tipo Likert, y los ítems se puntúan de manera directa excepto el ítem 13. Según su psicometría, Salas y Ecurra (2014) analizaron el constructo, el cual reportó una validez por análisis factorial exploratorio ($KMO=.95$, $X^2=4313.8$, $p=.00$) y su confiabilidad fue consistente en la escala total ($\alpha=.95$).

En este estudio, se corroboró la estructura mediante la validez por análisis confirmatorio ($X^2=583.00$, $df=246$, $p<.001$, $CFI=.91$, $TLI=.90$, $SRMR=.05$, $RMSEA=.06$, $\lambda>.20$), así mismo, se aplicó la confiabilidad de la escala total ($\alpha=.93$).

La Escala EPA fue construida por Busko (1998) y adaptado por Mori (2019) en adolescentes. La estructura está conformada por dos dimensiones y 12 ítems. Conforme a su medición, es tipo Likert, y las puntuaciones son directos, excepto el ítem 5 y 6.

Busko (1998) reportó una validez por análisis exploratorio aceptable ($KMO>.700$, $p<.05$, $VEA=82\%$, $\lambda>.37$), así mismo, su confiabilidad fue consistente en la escala total ($\alpha=.82$). En cuanto la adaptación, Mori (2019) reportó una validez de contenido aceptable ($V>.80$), así mismo, realizó la validez por análisis exploratorio

(KMO=.872, $p=.00$, VEA=46%) y por análisis confirmatorio (GFI=.96, RMSEA=.06, RMR=.03, CFI=.97 y TLI=.96) corroborando su estructura bifactorial, por último, calculó la confiabilidad de la escala total ($\alpha =.81$; $\omega=.81$).

En este estudio, se examinó la estructura mediante la validez por análisis confirmatorio ($X^2=109.00$, $df=53$, $p<.001$, CFI=.96, TLI=.95, SRMR=.05, RMSEA=.05, $\lambda>.30$), en donde se retiró el ítem 4 de la estructura ya que perjudicaba los índices de ajuste. Luego, se estimó la confiabilidad del modelo factorizado de la escala ($\alpha=.74$).

2.6. Procedimientos

Se solicitó una carta de permiso al director del colegio y se coordinaron los horarios con los docentes. Antes de aplicar los cuestionarios, se detalló a los estudiantes el propósito del estudio, además, se les dieron indicaciones específicas sobre cómo completar los cuestionarios y se les informó que disponían de 20 minutos para culminarlo.

2.7. Análisis de datos

Se procedió a codificar los valores en el programa SPSS V26 para analizar la validez y confiabilidad, luego se identificaron los estadísticos descriptivos y se analizó el test de normalidad "Kolmogorov Smirnov", el cual concluyó que la distribución fue no homogénea, es por ello que se aplicó el modelo no paramétrico (Spearman).

2.8. Aspectos éticos

Se proporcionó un consentimiento de autorización para la participación voluntaria de los escolares, asegurando los derechos y la salud, conforme a los principios éticos de Helsinki. Además, se siguieron los lineamientos del formato APA de la 7ma edición y finalmente, se emitió un informe de antiplagio mediante Turnitin para evidenciar la originalidad del contenido.

III. RESULTADOS

Resultados descriptivos

Tabla 1

Niveles de dependencia a las redes sociales

Niveles	Obsesión		Falta de control		Uso excesivo		Dependencia a las redes sociales	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Bajo	78	21.3	75	20.5	79	21.6	73	19.9
Moderado	199	54.4	201	54.9	199	54.4	202	55.2
Alto	89	24.3	90	24.6	88	24.0	91	24.9
Total	366	100.0	366	100.0	366	100.0	366	100.0

Nota. f=frecuencias, %=porcentajes.

En la tabla 1, se identificaron los niveles de dependencia a las redes sociales y sus factores en los estudiantes, en donde en dependencia a las redes sociales predominó el nivel moderado (55.2%), asimismo, prevaleció el grado moderado en obsesión (54.4%), falta de control (54.9%) y uso excesivo (54.4%).

Tabla 2

Niveles de procrastinación académica

Niveles	Autorregulación		Postergación		Procrastinación	
	f	%	f	%	f	%
Bajo	75	20.5	80	21.9	80	21.9
Moderado	205	56.0	221	60.4	195	53.3
Alto	86	23.5	65	17.8	91	24.9
Total	366	100.0	366	100.0	366	100.0

Nota. f=frecuencias, %=porcentajes.

En la tabla 2, se observan los niveles de procrastinación y sus dimensiones en los estudiantes, en donde en procrastinación académica prevaleció el nivel moderado

(53.3%), de la misma manera, se encontró porcentajes considerables en autorregulación (56%) y postergación de tareas (60.4%).

Tabla 3

Pruebas de normalidad de las variables

Variable/Dimensiones	Kolmogorov Smirnov		
	Estadístico	gl	Sig.
Dependencia a las redes sociales	0.073	366	0.00
Obsesión	0.109	366	0.00
Falta de control	0.107	366	0.00
Uso excesivo	0.055	366	0.01
Procrastinación académica	0.064	366	0.00
Autorregulación	0.058	366	0.00
Postergación	0.121	366	0.00

En la tabla 3, se contempla la distribución de los valores de los evaluados mediante el Kolmogorov Smirnov, en donde las variables con sus dimensiones reportaron rangos de significancia inferiores al 0.05, esto significa que las distribuciones no son homogéneas, por lo tanto, se aplicó el modelo no paramétrico a través del Rho de Spearman para los siguientes análisis.

Contrastación de hipótesis

Tabla 4

Hipótesis general

Procrastinación académica		
	<i>rho</i>	,304**
Dependencia a las redes sociales	<i>p</i>	0.00
	<i>n</i>	366

En la tabla 4, se halló que procrastinación académica y dependencia a las redes sociales guardan relación significativa ($p < .01$), además, se encontró una dirección positiva con un grado débil ($\rho = .304$). Por lo tanto, se acepta la hipótesis alterna.

Tabla 5

Hipótesis específica 1

		Autorregulación	Postergación
	<i>rho</i>	-,422**	,338**
Dependencia a las redes sociales	<i>p</i>	0.00	0.00
	<i>n</i>	366	366

En la tabla 5, se reportaron relaciones significativas entre dependencia a las redes sociales y las dimensiones de procrastinación académica ($p < .01$), además, se reportó correlación inversa y de grado débil entre dependencia a las redes sociales y autorregulación, sin embargo, dependencia a las redes sociales y postergación de tareas se asocian positivamente con un grado débil. Conforme a estos hallazgos, se confirma la hipótesis alterna.

Tabla 6

Hipótesis específica 2

	Procrastinación académica		
	<i>n</i>	<i>rho</i>	<i>p</i>
Obsesión	366	,288**	0.00
Falta de control personal	366	,270**	0.00
Uso excesivo	366	,266**	0.00

En la tabla 6, se registraron relaciones significativas entre los factores de dependencia a las redes sociales y procrastinación ($p < .01$), además se halló que procrastinación académica se correlaciona positivamente con obsesión ($\rho = .288$), falta de control personal ($\rho = .270$) y uso excesivo ($\rho = .266$), cuyos grados son débiles. En base a dichos hallazgos, se admite la hipótesis alterna.

IV. DISCUSIÓN

En los resultados más importantes, se halló correlación positiva con grado débil entre dependencia a las redes sociales y procrastinación académica en escolares, esto significa que los adolescentes que son dependientes a las plataformas sociales tienden a aplazar constantemente en sus tareas o actividades académicas.

Estos datos coinciden con estudios nacionales como el de Retuerto (2021), Yana et al. (2022), Camacho (2022), Chamorro (2021) y Cahuana (2019) quienes hallaron relación directa entre el uso de redes sociales y procrastinación académica en adolescentes de diversas colegios regionales, del mismo modo, estudios internacionales como el de Nwosu et al. (2020) halló relación positiva entre el tiempo de uso de las redes sociales y la procrastinación en estudiantes nigerianos, además, Guamán y Ticsalema (2022) reportaron relación directa entre adicción a internet y procrastinación en adolescentes ecuatorianos.

En base a hallado, Griffith (2013) menciona que los estudiantes dependientes de las redes sociales tienden a pasar más tiempo en ellas, lo que afecta negativamente su capacidad para gestionar el tiempo académico y cumplir con las tareas. Conjuntamente, Ferrari et al. (1995) sostienen que los estudiantes evitan sus tareas académicas debido a la ansiedad o falta de interés, recurriendo a actividades distractoras. Por su parte, Tice y Baumeister (1997) agregan que los aplicativos sociales proporciona gratificación inmediata y evita las emociones adversas asociadas con las tareas académicas.

De acuerdo con los resultados del primer objetivo específico, se identificó que el 53.3% de los escolares evidencian grados moderados de dependencia a las plataformas sociales, indicando una necesidad significativa de usarlas, pero aún gestionan su vida diaria razonablemente. En las dimensiones, la mayoría de los

estudiantes experimentan pensamientos recurrentes sobre las redes sociales (54.4%), tienen dificultades moderadas para dejar de usarlas (54.9%) y dedican un tiempo regular sin que interfiera gravemente en sus actividades diarias (54.4).

Estos resultados se asemejan al estudio de Retuerto (2021) quien encontró mayor porcentaje de estudiantes con niveles moderados en el uso de redes sociales con 71.1%, así mismo, Chamorro (2021) y Cahuana (2019) identificaron que la mayoría de los estudiantes presentan niveles moderados de adicción a las redes sociales con 49% y 43.4%, de manera similar, Camacho (2022) encontró que el 71.7% de los estudiantes manifiestan niveles regulares de adicción a las redes sociales.

Conforme a dichos hallazgos, Crespo et al. (2021) señalan que la dependencia a las redes sociales es la incapacidad de controlar su uso, afectando negativamente el rendimiento académico y las interacciones. Además, Hernández y Rayón (2021) refieren que las plataformas lo usan para evadir problemas personales y emocionales, generando comportamientos dependientes que provocan ansiedad y malestar.

Conforme a los hallazgos del segundo objetivo, se reveló que el 53.3% de los escolares posponen algunas tareas importantes, pero las cumple en un plazo razonable. Además, el 56% tienen una capacidad intermedia de organizar, supervisar y examinar su propio aprendizaje, así mismo, el 60.4% suelen a posponer algunas tareas académicas, las cuales son consideradas complicadas o aburridas.

Estos hallazgos coinciden con el estudio de Chamorro (2021), Retuerto (2021) y Cahuana (2019) quienes identificaron niveles moderados de procrastinación académica en su muestra de adolescentes, con 48%, 77.5% y 43.4%, respectivamente. Del mismo modo, en el estudio de Camacho (2022) encontró mayor porcentaje de estudiantes con niveles regulares de procrastinación con 52.3%.

De acuerdo con los resultados encontrados, Latipah et al. (2021) señalan que la procrastinación implica retrasar intencionalmente tareas, lo que disminuye la calidad del trabajo y aumenta el estrés. Además, Moreta y Durán (2018) indican que una adecuada autorregulación permite establecer metas, gestionar el tiempo y mantener la motivación, evitando la postergación excesiva y mejorando la autoeficacia y autonomía, lo que brinda una sensación de logro y satisfacción.

En el tercer objetivo específico, se encontraron correlaciones débiles entre la dependencia a las redes sociales y los factores de procrastinación cómo autorregulación ($\rho = -.422$) con dirección inversa y postergación de actividades ($\rho = .338$) con dirección positiva. Esto indica que los alumnos dependientes de las redes sociales tienen inconveniencias para sostener la motivación y atención en las tareas académicas y tienden a postergar o retrasar la realización de sus tareas, cumpliéndolas fuera del plazo estimado.

Estos datos se asemejan al estudio de Retuerto (2021) en donde el uso de redes sociales se correlaciona negativamente con autorregulación académica, pero se asocia positivamente con postergación de actividades en estudiantes limeños, de la misma manera, Ramírez et al. (2021) encontraron que el problema de uso de redes sociales se correlaciona directamente con postergación de actividades, tanto en mujeres como en varones mexicanos, pero solo en varones se encontró correlación inversa entre obsesión por estar informado en las redes sociales con autorregulación académica, por su parte, Camacho (2022) halló que adicción a redes sociales se correlaciona negativamente con autorregulación académica en adolescentes limeños.

De acuerdo con estos hallazgos, los estudiantes dependientes de las redes sociales tienen dificultades para controlar su uso, lo que afecta negativamente su capacidad para planificar, monitorear y evaluar su aprendizaje (Crespo et al., 2021;

Moreta & Durán, 2018). Esto dificulta mantener la motivación y la concentración en las tareas académicas, aumentando la probabilidad de procrastinar, incluso cuando son conscientes de las consecuencias negativas (Tice & Baumeister, 1997).

En el cuarto objetivo específico, se encontraron relaciones débiles entre la procrastinación y los factores de dependencia a las redes sociales como obsesión ($\rho = .288$), falta de control personal ($\rho = .270$) y uso excesivo ($\rho = .266$), todas con direcciones positivas, esto indica que los estudiantes con un fuerte deseo de permanecer conectados a las plataformas sociales, que tienen dificultades para controlar su uso y pasan mucho tiempo en ellas, suelen aplazar repetidamente sus tareas académicas hasta el último momento.

Estos resultados se asimilan con el estudio de Yana et al. (2022) y Chamorro (2021) quienes reportaron correlaciones positivas entre obsesión por las redes sociales, falta de control personal y uso excesivo con procrastinación académica en estudiantes peruanos, de forma similar, en el estudio de Camacho (2022) halló que procrastinación académica se asocia positivamente con obsesión y uso excesivo de las redes sociales en adolescentes limeños.

Conforme a ello, se deduce que la obsesión por las plataformas sociales incrementa la tendencia a posponer responsabilidades escolares, ya que la constante necesidad de verificarlas disminuye la motivación académica. Además, la falta de control personal ante su uso se traduce en impulsividad, llevando a ceder a la tentación de navegar en lugar de abordar tareas académicas. Por último, el uso excesivo de redes sociales reduce el tiempo disponible para responsabilidades académicas (Salas & Escurra, 2014; Busko, 1998, Steel, 2007).

V. CONCLUSIONES

1. Existe relación positiva y débil entre la dependencia a las redes sociales y la procrastinación académica en adolescentes ($\rho = .304$). Por lo tanto, los escolares con mayor dependencia a las plataformas sociales suelen posponer constantemente sus tareas académicas.
2. Se encontró un gran porcentaje de escolares con grados moderados de dependencia hacia las redes sociales (55.2%), y en sus factores como obsesión (54.4%), falta de control personal (54.9%) y uso excesivo (55.2%).
3. Se identificó un mayor índice de estudiantes con grados intermedios de procrastinación académica (53.3%), al igual que en sus factores como autorregulación (56%) y aplazamiento de tareas (60.4%).
4. Existe relaciones débiles entre dependencia a las redes sociales y los factores de procrastinación como autorregulación ($\rho = -.422$) con dirección inversa, y postergación de actividades ($\rho = .338$) con dirección positiva.
5. Existe relaciones débiles entre la procrastinación académica y los factores de dependencia a las redes sociales, como obsesión ($\rho = .288$), falta de control personal ($\rho = .270$) y uso excesivo ($\rho = .266$).

VI. RECOMENDACIONES

1. Promover programas de concientización que instruyan a los escolares sobre los riesgos de la dependencia a las plataformas digitales y proporcionar herramientas prácticas para desarrollar habilidades de autorregulación. Esto puede incluir talleres, charlas y recursos educativos que aborden la asociación entre el uso equilibrado de las redes sociales y el rendimiento escolar.
2. Fomentar la creación de límites responsables ante el uso de plataformas sociales, trabajando en colaboración con padres y educadores para establecer pautas claras sobre el tiempo asignado a estas redes sociales, especialmente durante períodos críticos de estudio. Además, se debe educar a los adolescentes sobre la importancia de desconectar en momentos clave, como durante las tareas académicas.
3. Implementar programas que enseñen estrategias efectivas de afrontamiento ante el estrés académico proporcionando a los adolescentes herramientas prácticas para manejar la ansiedad, la procrastinación y otros desafíos emocionales vinculados con el entorno académico.
4. Colaborar con instituciones educativas para diseñar ambientes de estudio que minimicen las distracciones digitales, brindando recursos y orientación para la creación de espacios de estudio efectivos, lejos de dispositivos electrónicos, y fomentar prácticas de estudio que favorezcan la concentración.
5. Incentivar la participación activa en actividades sociales y deportivas fuera del ámbito digital, fortaleciendo las relaciones interpersonales y proporcionar alternativas saludables para el tiempo libre puede reducir la dependencia de las redes sociales y mejorar el bienestar general de los escolares.

REFERENCIAS

- American Broadcasting Company (ABC, 2019). *The impact of the internet on the mental health of young people is already quantifiable*.
https://www.abc.es/familia/padres-hijos/abci-impacto-internet-salud-mental-jovenes-cuantificable-201903070215_noticia.html
- 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). *Causes and consequences of perfectionism and procrastination: A structural equation model* [Tesis de posgrado, Universidad de Guelph]. Repositorio institucional UOGUELPH.
https://atrium.lib.uoguelph.ca/xmlui/bitstream/handle/10214/20169/Busko_DeborahA_MA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Cahuana, D. (2019). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Arequipa, 2019* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión]. Repositorio institucional UPEU.
https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/2822/Daniel_Trabajo_Bachiller_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Camacho, M. (2022). *Adicción a redes sociales y procrastinación académica en adolescentes escolares de San Juan de Miraflores, 2021* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio institucional UA.
<https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/1784>

- Chamorro, V. (2021). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de instituciones educativas públicas en San Martín de Porres* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio institucional UA. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/1872>
- Crespo, S., Vázquez, E., & López, E. (2021). Impact of the educational context on maladjusted adolescent behavior in virtual social networks. *Virtual Campuses*, 10(2), 69-83. <http://www.uajournals.com/ojs/index.php/campusvirtuales/article/view/823>
- Ferrari, J., Johnson, J., & McCown, W. (1995). *Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment*. Springer Science & Business Media. [https://books.google.com.mx/books?hl=es&lr=&id=Lu4r0H_wcVcC&oi=fnd&pg=PA1&dq=Ferrari,+J.+R.,+Johnson,+J.+L.,+%26+McCown,+W.+G.+\(1995\).+Procrastination+and+task+avoidance:+Theory,+research,+and+treatment.+Springer+Science+%26+Business+Media.&ots=i2co6FxeT&sig=adVXCu6hfj5T_t94rOtTA62P7OA](https://books.google.com.mx/books?hl=es&lr=&id=Lu4r0H_wcVcC&oi=fnd&pg=PA1&dq=Ferrari,+J.+R.,+Johnson,+J.+L.,+%26+McCown,+W.+G.+(1995).+Procrastination+and+task+avoidance:+Theory,+research,+and+treatment.+Springer+Science+%26+Business+Media.&ots=i2co6FxeT&sig=adVXCu6hfj5T_t94rOtTA62P7OA)
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2022). *A falta de que las escuelas de 23 países reabran por completo, la educación corre el riesgo de convertirse en el mayor factor de división a medida que la pandemia de COVID-19 se adentra en el tercer año – UNICEF*. <https://www.unicef.org/lac/comunicados-prensa/a-falta-de-que-las-escuelas-de-23-paises-reabran-por-completo-la-educacion-corre-riesgo-de-convertirse-en-el-mayor-factor-de-division>
- Galarza, C. (2020). Los alcances de una investigación. *CienciAmérica: Revista de divulgación científica de la Universidad Tecnológica Indoamérica*, 9(3), 1-6. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7746475>

- Griffiths, M. (2013). Social media addiction: emerging issues and problems. *Journal of Addiction Research and Therapy*, 4(5).
- 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 UCE.
<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/26233/1/FIL-PEO-GUAMAN%20ERIKA%2C%20TICSALEMA%20MARITZA.pdf>
- Hernández, J., & Rayón, L. (2021). Mobile phones, social networks and praxis in adolescents. *Educatio Siglo XXI*, 39(3), 135-156.
<https://revistas.um.es/educatio/article/view/427011>
- Hernández, O. (2021). Aproximación a los distintos tipos de muestreo no probabilístico que existen. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 37(3). http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252021000300002
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6ta ed.). McGraw Hill Educación. <https://acortar.link/cUTp4H>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2022). *Encuesta Nacional de Hogares (ENAHO)*. <https://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-724-de-la-poblacion-de-6-a-17-anos-de-edad-accedio-a-internet-13723/>
- Latipah, E., Adi, H., & Insani, F. (2021). Academic Procrastination of High School Students During the Covid-19 Pandemic: Review from Self-Regulated Learning and the Intensity of Social Media. *Dinamika Ilmu*, 21(2), 293-308.
http://journal.uinsi.ac.id/index.php/dinamika_ilmu/article/view/3444

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>

Moreira, R., Carvalho, T., Lopes, J., Do Vale, J., de Oliveira, K., & Fontes, S. (2021).

Percepciones de los adolescentes sobre el uso de las redes sociales y su influencia en la salud mental. *Enfermería Global*, 20(64), 324-364.

https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412021000400324

Moreta, R., & Durán, T. (2018). Propiedades psicométricas de la Escala de

Procrastinación Académica (EPA) en estudiantes de psicología de Ambato, Ecuador. *Salud & Sociedad*, 9(3), 236-247.

<http://revistas.ucn.cl/index.php/saludysociedad/article/view/3321>

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

de la Universidad César Vallejo.

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/41444/Mori_MRI.pdf?sequence=1&isAllowed=y

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>.mu

lti

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (Unesco, 2020). *Rapid assessment of the impact of COVID-19 on the lives of*

central Asian youth. Almaty Office.

<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000374247/PDF/374247eng.pdf>.mu

lti

Ramírez, E., Cuaya, I., Guzmán, M., & Rojas, J. (2021). Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en universitarios durante el confinamiento por COVID – 19. *Dilemas contemporáneos: Educación, política y valores*, 8, 1-19.

<https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007->

[78902021000600020&script=sci_arttext_plus&tlng=es](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 UCV.

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

Salas, E., & Ecurra, M. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). *Liberabit*, 20(1), 73-91.

<http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1729->

[48272014000100007&script=sci_arttext&tlng=pt](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1729-48272014000100007&script=sci_arttext&tlng=pt)

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

<https://doi.apa.org/doiLanding?doi=10.1037/0033-2909.133.1.65>

- Tice, D., & Baumeister, R. (1997). Longitudinal study of procrastination, performance, stress, and health: The costs and benefits of dawdling. *Psychological science*, 8(6), 454-458. <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1111/j.1467-9280.1997.tb00460.x>
- Uzun, B., LeBlanc, S., & Ferrari, J. (2020). Relationship between academic procrastination and self-control: the mediational role of self-esteem. *College Student Journal*, 54(3), 309-316. <https://www.ingentaconnect.com/content/prin/csj/2020/00000054/00000003/art00002>
- Yana, M., Adco, D., Alanoca, R., & Coila, M. (2022). Adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en adolescentes peruanos en tiempos de coronavirus Covid-19. *Revista electrónica interuniversitaria de formación del profesorado*, 25(2), 129-143. <https://revistas.um.es/reifop/article/view/513311>
- Zabala, S. (2021). *Ansiedad, síntomas de adicción a las redes sociales y procrastinación en adolescentes de colegios públicos de Villavicencio* [Tesis de pregrado, Universidad Santo Tomás]. Repositorio institucional USTA. <https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/33756/2021sarazabala.pdf?sequence=6&isAllowed=y>

ANEXOS

ANEXO 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	METODOLOGÍA
<p>¿Cuál es la relación entre dependencia a las redes sociales y procrastinación académica en adolescentes de una institución educativa de Lima Sur?</p>	<p>O. General Determinar la relación que existe entre dependencia a las redes sociales y procrastinación académica en adolescentes de una institución educativa de Villa El Salvador de Lima sur.</p> <p>O. Específicos O_{E1}: Identificar el nivel de dependencia a las redes sociales en adolescentes de una institución educativa de Villa El Salvador de Lima sur. O_{E2}: Identificar los niveles de procrastinación académica en adolescentes de una institución educativa de Villa El Salvador de Lima sur. O_{E3}: Establecer la relación entre dependencia a las redes sociales y las dimensiones de procrastinación académica en adolescentes de una institución educativa de Villa El Salvador de Lima sur. O_{E4}: Establecer la relación entre las dimensiones de dependencia a las redes sociales y la procrastinación académica en adolescentes de una institución educativa de Villa El Salvador de Lima sur.</p>	<p>H. General Existe relación que existe entre dependencia a las redes sociales y procrastinación académica en adolescentes de una institución educativa de Villa El Salvador de Lima sur.</p> <p>H. Específicas H1: Existe relación entre dependencia a las redes sociales y las dimensiones de procrastinación académica en adolescentes de una institución educativa de Villa El Salvador de Lima sur. H2: Existe relación entre las dimensiones de dependencia a las redes sociales y la procrastinación académica en adolescentes de una institución educativa de Villa El Salvador de Lima sur.</p>	<p>Tipo: Correlacional Diseño: No experimental Población: 366 alumnos de tercero y quinto de secundaria de una institución educativa de Villa El Salvador, Variables -Variable 1: Dependencia a las redes sociales -Variable 2: Procrastinación académica Técnica de recolección Encuesta Instrumentos - Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) de Ecurra y Salas (2014). - Escala de procrastinación académica de Busko (1998). Análisis de datos - Validez de estructura por análisis factorial confirmatorio - Confiabilidad por Alfa - Estadísticos descriptivos (Frecuencias y porcentajes) - Prueba de normalidad (Kolmogorov Smirnov) - Análisis de correlación (Spearman o Pearson) Aspectos éticos - Carta de presentación - Consentimiento informado - Asentimiento informado - Principios de Helsinki - Formato APA - Turnitin</p>

ANEXO 2: TABLA DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala
Dependencia a las redes sociales	es una condición psicológica en la que una persona siente una fuerte necesidad de conectarse a través de estas plataformas sin poder controlar su comportamiento (Salas y Ecurra, 2014).	La variable se mide a través de puntajes cuantificables obtenidos en el Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) de Ecurra y Salas (2014).	Obsesión	<ul style="list-style-type: none"> ● Tiempo conexión ● Estado de ánimo ● Relaciones interpersonales 	2,3,5,6,7,13,15,19,22,23	Ordinal
			Falta de control personal	<ul style="list-style-type: none"> ● Control de tiempo conectado. ● •Intensidad ● •Frecuencia 	4,11,12,14,20,24	
			Uso excesivo	<ul style="list-style-type: none"> ● Necesidad de permanecer conectado ● Frecuencia de conexión 	1,8,9,10,16,17,18,21	
Procrastinación académica	Es la tendencia de retrasar voluntaria y sistemáticamente la realización de tareas, a pesar de conocer las consecuencias negativas para su desempeño académico (Busko, 1998).	La variable es medida por medio de puntajes cuantificable obtenidos en la Escala de procrastinación académica de Busko (1998).	Autorregulación académica	<ul style="list-style-type: none"> ● Conocer ● Controlar ● Regular ● cogniciones ● Motivaciones ● Disciplina 	2,3,4,5,8,9,10,11 y 12	Ordinal
			Postergación de actividades	<ul style="list-style-type: none"> ● Suspensión de actividades ● Cognitivo ● Conductual 	1,6,7	

ANEXO 3: INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN
CUESTIONARIO DE ADICCIÓN A REDES SOCIALES – ARS

Salas y Ecurra (2014)

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

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

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

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

ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EPA

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

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

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

ANEXO 4: CONSENTIMIENTO INFORMADO

Consentimiento Informado

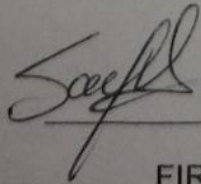
Me es grato dirigirme a usted, primeramente me presento, mi nombre es Antonia Juana Chira Soto, estudiante del X ciclo de la carrera de psicología, identificada con el número de DNI 74846165 y con el código universitario 2151897818; con mucho respeto me dirijo hacia usted para solicitar la autorización de que su menor hijo(a) sea partícipe de mi investigación titulada "Dependencia a las redes sociales y procrastinación académica en adolescentes de una institución educativa de Lima Sur", con un fin de poder obtener el grado de licenciatura, por tal motivo, le agradecería que su menor hijo(a) pueda llenar dos cuestionarios que permitirá conocer la relación entre Dependencia a las redes sociales y procrastinación académica. Cabe mencionar que las pruebas son totalmente anónimas.

Los derechos que cuenta como participante incluyen:

Confidencialidad: Todos los datos brindados son totalmente anónimos, es decir, no existe forma de reconocer individualmente a los participantes de la investigación.

Integridad: Ninguna de las pruebas que responderá le resultará perjudicial.

En relación a lo leído: Autorizo que mi menor hijo(a) sea partícipe.



FIRMA

ANEXO 5: ASENTIMIENTO INFORMADO

ASENTIMIENTO INFORMADO

Hola mi nombre es Antonia Juana Chira Soto, estoy en proceso de obtención de mi título profesional como Licenciada en psicología. Actualmente estoy realizando un estudio para conocer acerca de la relación entre la dependencia a las redes sociales y procrastinación académica, para ello necesito de tu apoyo.

Tu participación en el estudio consistirá en responder a dos instrumentos, uno de 24 ítems y otro de 12 ítems, el tiempo requerido será de 10 minutos aproximadamente. Teniendo en cuenta que tu participación será de manera voluntaria y confidencial. Esto quiere decir que no diremos a nadie tus respuestas.

Si deseas participar marca con un aspa (X) en la opción SI, en caso contrario marcar con un aspa (X) la opción No.

Si deseo participar

No deseo participar

MUCHAS GRACIAS

Fecha: _____ de _____ del 2023

ANEXO 6: CARTA DE PRESENTACIÓN



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

Lima Sur, 12 de Abril del 2023

Sr. Jaime Roque Sánchez
Director de la I.E. 6076 República de Nicaragua
Villa el Salvador

De nuestra mayor consideración
Presente. -

Es grato dirigirnos 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 nuestra estudiante de la Carrera Académico Profesional de Psicología-Facultad de Ciencias Humanas, quien como parte de la tesis titulada: "*Dependencia a las redes sociales y procrastinación académica en adolescentes de una institución educativa de Lima Sur*", 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:

CHIRA SOTO ANTONIA JUANA

Ella se pondrá en contacto para coordinar con Ud. los detalles pertinentes.

Esperando contar con su valioso apoyo y agradeciendo a su gentil deferencia, reitero mi cordial saludo.

Atentamente

Autenticado por Sr. Rojas
[Firma]
19-4-23



Dr. Jaime W. Roque Sánchez
DIRECTOR
I. E. N. 6076 REPÚBLICA DE NICARAGUA

[Firma]

Tanih Cubas Romero
Directora
Escuela Profesional de Psicología



Campus Lima Sur: Panamericana Sur Km. 16.3 - Villa El Salvador
Central Telefónica: 715 3335
www.autonoma.pe

ANEXO 7: AUTORIZACIÓN DE INSTRUMENTOS

Variable 1: Dependencia a las redes sociales



Edwin Salas 4 set.

para mí, nayeli_ortega@... ▾



Estimados jóvenes

Espero que estén bien de salud. Tienen Uds. la autorización que solicitan para hacer uso del cuestionario ARS, espero que tengan muchos éxitos. Adjunto un documento que les permitirá manejar adecuadamente el instrumento en cuestión.

Quisiera pedirles un favor. Estoy haciendo una validación actualizada del ARS y si pudieran compartir sus bases de datos estarían ayudándonos a actualizar el instrumento y ponerlo al servicio de otros investigadores. Si se consideran sus datos en dicho estudio, apreciaremos su colaboración mencionándolos.

Saludos cordiales

Edwin Salas-Blas

Investigador de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas

Investigador CONCYTEC: [Perfil](#)

Variable 2: Procrastinación académica

Solicitud de permiso Externo



 Recibidos



ANTONIA JUANA CHIRA SO... 31 ago.

Buenas noches Mg. Sergio Alexis Domínguez Lara, le escribe la alumna



Sergio Dominguez 4 set.



para mí ▾

Estimada Antonia, 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.

ANEXO 8: DISTRIBUCIÓN DE LA MUESTRA

Distribución de la muestra según el sexo

Grupos	Frecuencia	Porcentaje
Femenino	193	52.7
Masculino	173	47.3
Total	366	100.0

Distribución de la muestra según la edad

Grupos	Frecuencia	Porcentaje
13	7	1.9
14	101	27.6
15	124	33.9
16	99	27.0
17	25	6.8
18	10	2.7
Total	366	100.0

Distribución de la muestra según el grado de secundaria

Grupos	Frecuencia	Porcentaje
3ro	135	36.9
4to	121	33.1
5to	110	30.1
Total	366	100.0

ANEXO 9: VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DE DEPENDENCIA A LAS REDES SOCIALES

Validez de estructura por análisis factorial confirmatorio

Medida de ajuste de dependencia a las redes sociales

X ²	df	p	CFI	TLI	SRMR	RMSEA
583.00	246	<.001	.91	.90	0.05	0.06 [.05;.07]

Cargas factoriales de dependencia a las redes sociales

Factor	Ítem	SE	Z	p	Stand. Estimate
Factor 1	2	0.057	16.47	<.001	0.753
	3	0.056	15.29	<.001	0.713
	5	0.060	12.52	<.001	0.612
	6	0.060	16.00	<.001	0.739
	7	0.055	16.09	<.001	0.742
	13	0.067	6.67	<.001	0.352
	15	0.061	13.42	<.001	0.646
	19	0.057	13.69	<.001	0.656
	22	0.064	10.35	<.001	0.523
	23	0.063	12.13	<.001	0.597
Factor 2	4	0.064	14.83	<.001	0.698
	11	0.062	12.42	<.001	0.607
	12	0.068	5.24	<.001	0.277
	14	0.063	6.46	<.001	0.339
	20	0.061	13.71	<.001	0.655
Factor 3	24	0.067	9.65	<.001	0.488
	1	0.059	15.16	<.001	0.711
	8	0.058	13.81	<.001	0.663
	9	0.065	10.21	<.001	0.517
	10	0.060	15.55	<.001	0.724
	16	0.060	15.27	<.001	0.716
	17	0.061	13.35	<.001	0.647
	18	0.066	10.87	<.001	0.545
	21	0.062	11.92	<.001	0.589

Confiabilidad por consistencia interna

Confiabilidad de dependencia a las redes sociales

Dimensiones/Variable	Cronbach's α [IC95%]
Obsesión	.87 [.844;.895]
Falta de control	.74 [.629; .787]

Uso excesivo	.85 [.820; .879]
Escala total	.93 [.915; .944]

ANEXO 10: VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

Validez de estructura por análisis factorial confirmatorio

Medida de ajuste de procrastinación académica

X ²	df	p	CFI	TLI	SRMR	RMSEA
109.00	53	<.001	.96	.95	0.05	0.05 [.04; .07]

Cargas factoriales de procrastinación académica

Factor	Ítem	Estimate	SE	Z	p	Stand. Estimate
Factor 1	2	0.51	0.059	8.61	<.001	0.456
	3	0.44	0.063	7.02	<.001	0.379
	4	0.23	0.070	3.25	0.001	0.181
	5	0.70	0.054	12.86	<.001	0.639
	8	0.80	0.055	14.64	<.001	0.707
	9	0.70	0.054	13.08	<.001	0.648
	10	0.82	0.053	15.37	<.001	0.732
	11	0.86	0.053	16.32	<.001	0.765
Factor 2	12	0.83	0.060	13.78	<.001	0.674
	1	0.41	0.062	6.59	<.001	0.371
	6	0.96	0.061	15.79	<.001	0.804
	7	0.99	0.062	16.06	<.001	0.818

Confiabilidad por consistencia interna

Confiabilidad de procrastinación académica

Dimensiones/Variable	Cronbach's α [IC95%]
Autorregulación académica	.81 [.776; .847]
Postergación de actividades	.68 [.623; .736]
Escala total	.74 [.692; .787]