



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA DE POSGRADO  
PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN EDUCACIÓN  
CON MENCIÓN EN DOCENCIA Y GESTIÓN EDUCATIVA.**

**Uso de redes sociales y procrastinación académica en  
estudiantes de secundaria de la institución educativa pública  
2022 Sinchi Roca - Comas, 2021**

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:  
Maestra en Educación con Mención en Docencia y Gestión Educativa

**AUTORA:**

Diana Martha Retuerto Martínez ([ORCID: 0000-0001-8164-8172](https://orcid.org/0000-0001-8164-8172))

**ASESOR(A):**

Dr. Yolvi Ocaña Fernández ([ORCID: 0000-0002-2566-6875](https://orcid.org/0000-0002-2566-6875))

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Evaluación y Aprendizaje

LIMA - PERÚ

2021

## **Dedicatoria**

A Dios por haberme dado la vida y permitirme el haber llegado hasta este momento tan importante de mi formación profesional.

## **Agradecimiento**

Al Dr. César Acuña Peralta y la Universidad César Vallejo por darme la posibilidad de lograr mi superación profesional y personal.

A mi hija, quien durante este tiempo fue mi motivación para lograr mis metas profesionales.

A Dios, de manera muy especial, quien siempre me iluminó, me llenó de ánimo, voluntad y esperanza.

## Índice de contenidos

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenidos	iv
Índice de tablas	v
Índice de gráficos y figuras	vi
Resumen	vii
Abstract	viii
<b>I. INTRODUCCIÓN</b>	<b>1</b>
<b>II. MARCO TEÓRICO</b>	<b>6</b>
<b>III. METODOLOGÍA</b>	<b>17</b>
3.1. Tipo y diseño de investigación	17
3.2. Variables y operacionalización	17
3.3. Población (criterios de selección), muestra, muestreo y unidad de análisis	19
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	21
3.5. Procedimientos	25
3.6. Método de análisis de datos	25
3.7. Aspectos éticos	26
<b>IV. RESULTADOS</b>	<b>27</b>
<b>V. DISCUSIÓN</b>	<b>34</b>
<b>VI. CONCLUSIONES</b>	<b>39</b>
<b>VII. RECOMENDACIONES</b>	<b>40</b>
REFERENCIAS	42
ANEXOS	53

## Índice de tablas

		Pag.
Tabla 1.	Distribución de la muestra según género, edad y grado escolar	21
Tabla 2.	Niveles de uso de redes sociales en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2021	27
Tabla 3.	Niveles de procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2021	28
Tabla 4.	Prueba de ajuste de bondad en las variables uso de redes sociales y procrastinación académica	30
Tabla 5.	Coefficiente de correlación entre uso de redes sociales y procrastinación académica	31
Tabla 6.	Coefficiente de correlación entre uso de redes sociales y aplazamiento	32
Tabla 7.	Coefficiente de correlación entre uso de redes sociales y autorregulación	33
Tabla 8.	Análisis de confiabilidad del Cuestionario sobre el uso a redes sociales (ARS)	-
Tabla 9.	Análisis de confiabilidad de la Escala de Procrastinación Académica (EPA)	-

## Índice de figuras

Figura 1.	Fórmula para el cálculo de la muestra	20
Figura 2.	Distribución porcentual del uso de redes sociales y sus dimensiones en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2021	27
Figura 3.	Distribución porcentual de procrastinación y sus dimensiones en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2021	29

## Resumen

El inadecuado uso de medios como las redes sociales, puede representar un riesgo para los estudiantes, pues posibilitan el desarrollo de determinados comportamientos, los cuales obstaculizan el desempeño de sus actividades académicas. En ese sentido, este trabajo de investigación planteó por objetivo determinar la relación entre uso de redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2021. Se trató de una investigación de tipo básica, de alcance descriptivo correlacional, en cuanto al diseño de la investigación este fue no experimental, bajo un corte transversal. La población estuvo representada por 364 estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca del distrito de Comas, cuya muestra estuvo compuesta por un total de 187 estudiantes, quienes fueron evaluados a través del Cuestionario sobre el uso a redes sociales (ARS; Ecurra & Salas, 2014) y la Escala de Procrastinación Académica (EPA; Busko, 1998) versión adaptada de (Álvarez, 2010). Los resultados señalaron que el uso de redes sociales se correlaciona de forma significativa ( $p < .05$ ) y directa ( $\rho = .456^{**}$ ) con la procrastinación académica, por lo tanto se acepta la hipótesis planteada indicando que un mayor uso de redes sociales revela también una mayor procrastinación académica en los participantes.

**Palabras clave:** uso de redes sociales, procrastinación académica, estudiantes.

## Abstract

The inappropriate use of media such as social networks can represent a risk for students, since they enable the development of certain behaviors, which hinder the performance of their academic activities. In this sense, this research work aimed to determine the relationship between the use of social networks and academic procrastination in high school students from the public educational institution 2022 Sinchi Roca - Comas, 2021. It was a basic research, wide-ranging descriptive correlational, in terms of the research design this was non-experimental, under a cross section. The population was represented by 364 4th and 5th grade students from the 2022 Sinchi Roca public educational institution in the Comas district, whose sample was made up of a total of 187 students, who were evaluated through the Questionnaire on the use of social networks (ARS; Escurra & Salas, 2014) and the Academic Procrastination Scale (EPA; Busko, 1998) adapted version of (Álvarez, 2010). The results indicated that the use of social networks correlates significantly ( $p < .05$ ) and directly ( $\rho = .456^{**}$ ) with academic procrastination, therefore the hypothesis proposed is accepted indicating that a greater use of social networks It also reveals a greater academic procrastination in the participants.

**Keywords:** use of social networks, academic procrastination, students.



## I. INTRODUCCIÓN

Los avances tecnológicos han traído consigo aportes a las diferentes áreas de desarrollo, innovando principalmente en la forma en la que nos comunicamos, fomentando el uso de medios indispensables para establecer contacto con el entorno social, en ese sentido, se instauran como herramientas necesarias. Partiendo de dicha premisa, el hacer uso de plataformas tecnológicas para la socialización involucra numerosos beneficios, el primero de ellos, es que facilita un alcance comunicacional de forma inmediata, son de fácil aprendizaje y cada vez son más accesibles para diversos grupos poblacionales (Braquero & Calderón, 2016; Fernández, 2013).

En tanto, las redes sociales representan un claro ejemplo de medios tecnológicos innovadores, pues se instauran como ambientes virtuales para establecer comunicación, interacción y por supuesto también socialización, posicionándose en la actualidad como las plataformas digitales de mayor uso en el mundo, que no solo tienen una finalidad recreativa, sino que, en muchos casos suelen imponerse como espacios de marketing, de soporte laboral y académico (Guillén, 2019).

Tomando las referencias de We are social & Hootsuite (2020) a nivel mundial un 50% de pobladores emplea redes sociales, porcentaje que resulta ser un 9.2% más, respecto al año anterior. Asimismo, los continentes de América y Asia, son los contextos donde se ubican mayor número de usuarios, congregando en su territorio a más de 80% de usuarios. De forma puntual, Ipsos (2020) indicó que en América del sur, el 83% de los pobladores hace uso de redes sociales, y en el Perú el número de usuarios es de casi 12 millones, equivalente a un 50% de la población nacional.

Como complemento a lo indicado, es importante precisar que el uso de redes sociales, si bien trae consigo numerosos beneficios, no obstante, se ha venido, sumergiendo como una prioridad en la vida de las personas, trayendo conflictos, descuido laboral o académico y hasta manifestaciones emocionales desadaptativas que visibilizan un problema realmente grave, el cual hace referencia a un comportamiento adictivo (Braquero & Calderón, 2016). En ese sentido Griffiths et al. (2014) nos señalan que existen conductas que las personas podemos

desarrollar, y que estas pueden posicionarse como un comportamiento adictivo, manifestando indicadores muy similares a los de una adicción a sustancias, destacando los siguientes; saliencia, cambios de humor, tolerancia, conflictos, recaídas y el síndrome de abstinencia.

Por ende, una gestión inadecuada frente al uso de medios como las redes sociales, puede representar un riesgo para el desarrollo de conductas adictivas y con ello, desencadenar un desbalance en el individuo afectado, donde los adolescentes suelen ser los de mayor vulnerabilidad y exposición para efectuar un uso problemático de estos elementos (Hernández et al., 2017). Con respecto a ello, Díaz (2019) informó que comúnmente la edad de inicio para el uso de redes sociales suele ser entre los 10 a 12 años, encontrando en dicho espacio, un ambiente gratificante que atiende a necesidades comunicacionales inexistentes en la interacción social directa, por ende, los adolescentes son vulnerables para el desarrollo de un comportamiento adictivo a redes sociales, pues, se encuentran en una búsqueda constante de sensaciones, además, porque son quienes se han familiarizado de forma específica con el uso de nuevas tecnologías (Chan, 2011).

Entonces, un uso adictivo hacia redes sociales, representa un problema real, que ataca los diferentes ámbitos de desarrollo en la persona, y de tratarse de un adolescente, puede impactar de forma específica en la manera en cómo responde en áreas trascendentales de su vida, tal es el caso de; su desarrollo académico, siendo el comportamiento de procrastinación una respuesta muy presente en el desarrollo estudiantil de muchos adolescentes, quienes suelen posponer sus actividades académicas de forma reiterada (Medrano et al., 2017).

Respecto a la procrastinación, tratándose de alumnado adolescente, se tiene como datos que esto logra desarrollarse en al menos un 12.3% de estudiantes de nivel secundario de Lima, quienes frecuentemente aplazan su tiempo de estudio para realizar actividades de ocio, entre las que figuraba el ingreso a redes sociales (Álvarez, 2010; Contreras et al., 2011).

En consecuencia, el desarrollo de un comportamiento de procrastinación impacta notoriamente en el desenvolvimiento académico del adolescente, afectando su rendimiento académico, y posicionándose como un importante predictor de

deserción escolar, hecho que facilitaría a la aparición de otros comportamientos aún más desadaptativos e improductivos que terminarían por afectar gravemente al adolescente, irrumpiendo directamente en su bienestar (Castro & Mahamud, 2017; Ramos et al., 2017).

Por tanto, este estudio buscó principalmente conocer cómo se encuentran involucrados los elementos; uso de redes sociales y procrastinación académica, tomando como referencia evaluativa a estudiantes de 4to y 5to de secundaria, procedentes de una institución pública de Comas, contemplando que el grupo señalado esta principalmente integrado por estudiantes adolescentes, además, tomando como base las observaciones del personal docente de dicha entidad educativa, quienes informaron que existe un importante número de adolescentes que se encuentra llevando a cabo comportamientos de procrastinación que han afectado directamente su desempeño estudiantil, y, además, son altamente activos en el uso de plataformas digitales como las redes sociales (Domínguez et al., 2014).

En ese sentido, con este trabajo se pretende conocer cuán vinculados se encuentran la procrastinación académica frente al uso de redes sociales, contemplando que existe al menos del 15% a 20% de personas en el mundo (Correa, 2009) que de forma voluntaria, aplazan sus actividades académicas, realizándolas en último momento, hecho que propicia muchas veces un riesgo frente a la capacidad de cumplimiento para tal acción, resultados ineficientes, y hasta manifestaciones emocionales angustiantes para quien realiza la procrastinación (Ramos et al., 2017).

Por ende, de acuerdo a lo indicado se formuló la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuál es la relación entre uso de redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020?.

Como problemas específicos: 1. ¿Cuál es la relación entre uso de redes sociales y aplazamiento en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020?. 2. ¿Cuál es la relación entre uso de redes sociales y autorregulación en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020?. 3. ¿Cuáles son los niveles de uso de redes

sociales en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020?. 4. ¿Cuáles son los niveles de procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020

?.

Considerando lo informado, se relatan los aspectos fundamentales que justificaron la ejecución de este estudio, entre ellos, destaca su conveniencia, pues considerando el contexto actual, donde los adolescentes con mayor prontitud suelen exponerse al uso de medios digitales y de redes sociales, como parte de la coyuntura social, fue propicio, efectuar una investigación direccionada a ese tipo de variables, pues como bien se expuso, genera un impacto negativo en ámbitos académicos y consecuentemente en el proyecto de vida del individuo (Ávila, 2009).

Desde la perspectiva social, se consideró justificable, dado que, atiende a una población vulnerable, pues este trabajo se llevó a cabo en el sector adolescente, quienes por las características propias de su etapa de vida suelen estar más expuestos a conductas desadaptativas, siendo la adicción a redes sociales una de ellas, y del mismo modo, a desarrollar hábitos como la procrastinación académica, los cuales suman a otros problemas de mayor gravedad en el ámbito educativo, como es el caso de; un bajo rendimiento académico y hasta la deserción escolar (Hernández et al., 2017).

De igual forma, este estudio, constituye un aporte teórico, ya que, contribuye con una investigación novedosa y con alcances teóricos en las temáticas de la psicología educativa principalmente, suponiendo un apoyo para psicólogos y educadores en materia de conceptos sumamente importantes para el bienestar psicosocial del estudiante adolescente (Diaz & Zecenarro, 2019).

En cuanto a la utilidad aplicativa o práctica, con este estudio, se ha comprendido la dinámica de un determinado fenómeno, ayudando a visibilizar que el uso problemático a redes sociales se involucra en conductas de procrastinación académica, posibilitando con ello, las gestiones para que se prevengan problemas como la procrastinación académica y el uso adictivo a redes sociales, pues ambos

proveen de efectos negativos en la población adolescente (Flores et al., 2019; Paredes, 2019) en ese sentido, esta investigación aporta datos que pueden ser empleados por otros profesionales que trabajan directamente con el grupo participante de esta investigación, a fin de, considerarlos para el establecimiento de medidas preventivas o de intervención, por medio de la creación de; talleres, programas, consejería, entre otras actividades, que generen un control del problema planteado.

Finalmente, se cuenta con justificación metodológica, ya que permitió plantear y respaldar la dinámica interactiva y relacionada hallada entre el uso de las redes sociales y la procrastinación académica, estableciendo que un uso excesivo y problemático frente a plataformas virtuales, indicaría también una elevada procrastinación en el ámbito académico, hecho que imparte un conocimiento basado en un método novedoso, hallado a través de la estadística aplicada al relacionar los elementos del estudio.

De acuerdo a lo señalado, se formuló como objetivo general; determinar la relación entre uso de redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020. Asimismo, se plantearon como objetivos específicos; 1. Establecer la relación entre uso de redes sociales y aplazamiento; 2. Establecer la relación entre uso de redes sociales y autorregulación; 3. Identificar los niveles de uso de redes sociales; 4. Identificar los niveles de procrastinación académica.

Por último, fueron formuladas las hipótesis de esta investigación, en donde, la hipótesis general señaló que existe correlación significativa directa entre uso de redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020. Igualmente, se desarrollaron las hipótesis específicas; 1. Existe correlación significativa directa entre uso de redes sociales y aplazamiento; 2. Existe correlación significativa inversa entre uso de redes sociales y autorregulación.

## II. MARCO TEÓRICO

Se revisaron estudios previos sobre el tema; procedentes tanto del contexto internacional como nacional. Un trabajo similar, fue desarrollado por Daza (2020) en Colombia, el cual, en uno de sus objetivos planteó conocer la relación entre la procrastinación académica y la sintomatología de adicción a redes sociales e internet en 699 adolescentes. Fue un estudio descriptivo y correlacional. Los resultados informaron que una conducta de procrastinación en el adolescente se relaciona de forma significativa con la presencia de sintomatología adictiva hacia redes sociales e internet. Con estos datos, el autor concluye que la manifestación de indicadores de adicción a redes sociales e internet, reflejan un elevado nivel de procrastinación en el adolescente.

Flores et al. (2019) en México, estudiaron la relación entre procrastinación académica y el uso de redes sociales en 296 jóvenes. El estudio fue de tipo correlacional y no experimental. Los resultados indicaron que el uso de redes sociales no se asocia significativamente con la procrastinación académica en los evaluados. Los investigadores recomiendan que es conveniente explorar otras variables además de la procrastinación para verificar cuán relevantes son frente al uso de redes sociales.

Igualmente, Del Toro et al. (2019) en contexto mexicano, evaluaron la relación entre la procrastinación de actividades académicas junto con el uso de internet en 230 jóvenes. Fue un estudio descriptivo y correlacional. Como resultados identificaron correlación significativa entre las variables, logrando concluir que la elevada postergación de actividades académicas se ve vinculada a un uso problemático de internet, dando lugar también a problemas en el uso de redes sociales.

Ramos et al. (2017) en Ecuador, realizaron un trabajo destinado a conocer la relación entre procrastinación y la adicción a internet en 250 jóvenes estudiantes. El trabajo tuvo un alcance correlacional, de corte transversal y no experimental. Los resultados reportaron que existe correlación significativa entre procrastinación y uso de internet, con ello concluyen que un uso problemático de internet, es indicador de un comportamiento de procrastinación en jóvenes.

En relación a los trabajos realizados a nivel nacional hemos considerado el trabajo de Paredes (2019) en Trujillo, cuyo objetivo fue establecer la relación entre procrastinación académica y adicción a redes sociales, en 225 escolares de nivel secundaria, de ambos géneros, cuyas edades oscilaban entre los 15 a 18 años. La metodología del trabajo se basó en el diseño no experimental, de tipo descriptivo correlacional. Los resultados reportaron que no existe correlación entre las variables, no obstante si se evidenció correlación entre las dimensiones ( $p < .05$ ) dónde la adicción a redes sociales se vincula de forma positiva con la postergación de actividades y negativa con la autorregulación académica. De igual forma, reportó el investigador predominancia de un nivel bajo de adicción a redes sociales en los participantes.

Cahuana y Ricaldi (2019) en Arequipa, llevaron a cabo un trabajo de investigación destinado a identificar la relación entre procrastinación y un uso adictivo a redes sociales en 113 estudiantes adolescentes entre varones y mujeres. Fue un estudio correlacional, con un diseño no experimental. Los resultados señalaron que la adicción a redes sociales se relaciona de forma positiva con la procrastinación académica. Los autores concluyen que; ante la presencia de un comportamiento adictivo frente al uso de redes sociales en adolescentes, existirá también, manifestación de conductas de procrastinación en el ámbito académico en los participantes.

Igualmente, en Juliaca, Diaz y Zecenarro (2019) como parte de una investigación indagaron respecto a la adicción a redes sociales y su influencia respecto a la procrastinación académica en 273 estudiantes de los dos últimos grados de secundaria. Fue un estudio explicativo, pero de diseño no experimental. Como resultados indicaron que la adicción a redes sociales, no se relaciona con la procrastinación académica, igualmente, a nivel predictivo no se apreció un valor significativo entre dichos elementos. Concluyen que la manifestación de conductas de adicción a redes sociales, no necesariamente influye en el desarrollo de una conducta de procrastinación, en los adolescentes participantes.

Mamani y Gonzáles (2019) en Lima este, realizaron una investigación cuya finalidad fue conocer la relación entre procrastinación académica y el uso adictivo a redes sociales en 180 adolescentes de educación secundaria. El estudio fue de tipo

correlacional y de diseño no experimental. Los resultados refirieron que la procrastinación académica guarda relación significativa y directa con el uso adictivo a redes sociales, asimismo con sus dimensiones; saliencia, tolerancia, cambios de humor, conflictos y síndrome de abstinencia. Concluyen que un nivel alto de procrastinación académica en estudiantes se vincula a un uso adictivo de redes sociales.

En Juliaca, Choquecota y Barrantes (2019) desarrollaron un estudio destinado a medir la relación entre procrastinación académica y el uso de internet en 174 adolescentes con edades entre 14 a 17 años, de cuarto y quinto grado, pertenecientes a un colegio Adventista, fue un trabajo de diseño no experimental, y de tipo correlacional. Los resultados informaron que la procrastinación académica se encuentra relacionada de forma significativa con el uso de internet en adolescentes. Los investigadores concluyen que el uso de internet y las actividades que ello engloba, como; juegos en línea y acceso a redes sociales e internet, proveen al adolescente de una inmediata satisfacción, lo cual provoca una postergación en sus actividades académicas.

Finalmente, Nuñez y Cisneros (2019) en Arequipa, realizaron un trabajo con el propósito de establecer la relación entre el uso adictivo a redes sociales con la procrastinación académica, en una muestra conformada por 220 jóvenes estudiantes, entre mujeres y varones. Se trató de un trabajo no experimental, y transversal de tipo correlacional. Los resultados indicaron que existe relación significativa y positiva entre los elementos investigados. El investigador reportó que el uso adictivo a redes sociales indicaría también un alto nivel de procrastinación en los evaluados.

Al hablar de uso de redes sociales, históricamente nos dirigimos al nacimiento del internet, durante los años noventa en la guerra fría, mientras se enfrentaban ciudadanos de distintas partes del mundo, de extremo a extremo, motivando al surgimiento de avances tecnológicos, siendo Estados Unidos uno de los pioneros en el desarrollo del internet (Adamic & Adar, 2005). La comunicación con más personas dentro del área académica o laboral demandaba el uso cada vez mayor de mensajería electrónica, por lo cual se convirtió necesario que el internet muestre un uso mucho más generalizado, de manera comercial y privada (Raghavan, 2002).



No obstante, cabe mencionar que las redes sociales presentaron una crisis informática, por lo que, muchos usuarios se vieron obligados a cerrar sus páginas webs debido a la falta de visitas, aunque de forma paralela se crearon empresas de manera online que permitían la cercanía e interacción, brindando mayor importancia al usuario y ya no tanto a la empresa (Amichai, 2000).

De este modo, y con el paso del tiempo, cada vez más personas empezaban a contactarse a través de correos electrónicos, sin embargo, a pesar de estos avances aun no existían aplicaciones o plataformas que permitan una mejor interacción entre las personas, pues la mayoría de los usuarios solo recibían intercambios de email. Los cambios surgieron, creándose el sixdegrees considerada la primera red social en el mundo, la cual permitía localizar y crear una lista con amigos entre otras funciones más. Esto cimentó las bases y propició la aparición de nuevas y mejoradas redes sociales, cabe mencionar también, que algunas poco a poco fueron desapareciendo con el tiempo (Lozares, 2005).

Es importante resaltar también que la invención de las redes sociales se explica también bajo la teoría de los seis grados, la cual sostiene que la cantidad de personas que conoce el sujeto puede aumentar a través de un número de enlaces o cadenas, pues permite la conexión con el resto de la población (Madariaga et al., 2003). Por otro lado, las redes sociales a través del aporte de la Gestalt, explican que todo ser humano es influenciado por el contexto social, así su comportamiento se ve afectado por la estructura de grupo, concepciones expuestas desde los años cuarenta, sin embargo, no fue hasta la década de los ochenta que se permitió un análisis más detallado del aporte de esta corriente en cuanto a la interacción y comunicación de los usuarios por medio de las redes sociales (Hawe, 2004).

Aunque las investigaciones respecto a la revisión histórica del tema en mención son diversas, se hace énfasis también que la sociedad de la industrialización permitió el desarrollo de las telecomunicaciones, dando pase a las redes sociales, las cuales creaban un entorno que permitía compartir creencias, actitudes y opiniones (Mejía, 2010).

Bajo éstas consideraciones, Cox (2005) y Ávila (2009) refieren que el uso a redes sociales es comprendida como la práctica habitual que tiene el sujeto frente a las

plataformas digitales, no genera consecuencias negativas para su bienestar pues hace uso consciente del mismo, además permite la interacción entre las personas a través del espacio virtual, generando sensaciones agradables, a través del intercambio de información (Boyd & Ellison, 2007).

En tanto el abuso a las redes sociales es comprendido como el uso en exceso por las mismas, se incrementa cuando el sujeto al realizar ésta conducta manifiesta alivio frente a sus problemas por lo que se va convirtiendo en un patrón desadaptativo (Mejía, 2010).

Del mismo modo, Samper (2004) señala es toda interacción del individuo con las redes sociales, independientemente de la frecuencia u otras características hacia el mismo, origina un entorno de carácter negativo que influye en su bienestar. Para Lozares (2005) el abuso a las redes sociales se entiende como comportamiento con características patológicas, afecta sus relaciones interpersonales y su bienestar emocional, así también, se presenta como una conducta de evitación frente a los problemas que el individuo pueda tener.

Así mismo, Cabero y Marin (2014) indican que es toda conducta repetitiva que se origina por un patrón desadaptativo y elementos psicoactivos, causando tolerancia y dependencia de este comportamiento.

Dávila et al. (2005) lo conceptualiza como una conducta que implica comportamiento patológico, se caracteriza por la presencia de dependencia y ansiedad excesiva por desarrollar dicha conducta, trae consigo alejamiento de las personas con las que antes frecuentaba.

En tanto, la adicción a las redes sociales se percibe como comportamientos repetitivos, donde el individuo considera hacer lo necesario para tranquilizar su malestar emocional, sin importar las consecuencias que esto pueda generar (Fernández, 2013).

García et al. (2013) sostienen que es la incapacidad para abandonar una conducta que genera dificultades, el sujeto pierde el control de sus impulsos pues el deseo por realizar la conducta adictiva es mucho más fuerte.

Así mismo, Islas y Carranza (2012) la conceptualizan como toda conducta compulsiva, la misma modifica la estructura y buen funcionamiento del cerebro, se da a través del tiempo y presenta cambios físicos y emocionales en la persona que lo padece.

Finalmente, Lázaro (2003) refiere que un comportamiento patológico hacia las redes sociales, ocasiona malestar significativo no sólo en quien la padece, también en las personas más cercanas, pues se da paso a un alejamiento e incluso enfrentamiento hacia las mismas.

Atendiendo a estas consideraciones, es importante mencionar desde la teoría cognitivo – conductual, que el sujeto por medio del procesamiento de la información y el entorno en el cual se desenvuelve, aprende a realizar distintos comportamientos, esta conducta de adicción a las redes sociales se mantendrá o disminuirá según los reforzamientos que se reciba o no (Payá & Álvarez, 2012). Es decir, a través de los mecanismos de refuerzo que el adolescente pueda recibir al hacer uso de las redes sociales, esto permitirá que su tiempo de acceso a dichas plataformas pueda incrementarse, o caso contrario reducirse.

Así, de acuerdo a esta premisa, el reforzador positivo se observa cuando el adolescente navega durante altas horas por distintas redes sociales y nadie respecto a su entorno manifiesta algún malestar por dicho comportamiento suscitado e incluso, en ocasiones, refuerzan la conducta a través de distintos elogios, la situación se mantiene y no disminuye en su frecuencia (Payá, 2012).

En tanto, el reforzador negativo comprende cuando el sujeto hace uso desmedido de sus redes sociales con objetivo de escapar de una situación negativa que lo aflige y le genera tensión y estrés, haciendo que esta conducta se mantenga y perdure en el tiempo (Azúa, 2009).

Respecto a la teoría biopsicosocial, éste enfoque señala respecto a la variable en mención, que la adicción involucra la interacción de tres elementos, biológicos, psicológicos y socio culturales (Barquero, 2005).

Así cualquier síntoma de adicción se ve reforzado por los cambios que el sujeto presente en su estado de ánimo, los conflictos presentes u otros, así antes de que

se presente cualquier comportamiento adictivo, se ha experimentado cambios conductuales o de rutina (Islas & Carranza, 2012).

Bajo esta misma línea, Barquero (2005) sostiene que la adicción a las redes sociales se da como respuesta a la dificultad para establecer estrategias de afrontamiento, que le permitan responder de manera asertiva frente a situaciones conflictivas, refugiándose en las redes sociales como una forma de evadir la realidad de la situación y le permitan mejorar su estado de ánimo a través de la negación de situaciones negativas y así poco a poco va incrementando ésta conducta hasta que se torna adictiva.

En tanto, Ecurra y Salas (2014) postulan la presencia de tres elementos inmersos en la adicción a redes sociales; el primero de ellos es la obsesión por las redes sociales, preocupación excesiva y constante atención a las redes sociales probando un estado de ansiedad si no logra conectarse a las mismas. Seguidamente, se encuentra la falta de control personal en el uso de las redes sociales, se define como el tiempo invertido de manera desmedida en la navegación a distintas redes sociales y descuido del desarrollo social y otras actividades por permanecer conectado. Por último, nos hablan del uso excesivo de las redes sociales, que implica la dependencia hacia las redes sociales que interfiere en la relación con el entorno (Ecurra & Salas, 2014).

Las explicaciones formuladas por Ecurra y Salas (2014) se engloban dentro de los criterios propuestos por Griffiths (2005) quien indica que en conductas problemáticas como el uso adictivo a redes sociales suelen manifestarse indicadores como; saliencia, que refiere dominar los pensamientos del sujeto pues la conducta adictiva es lo único importante para él, la modificación del humor; representan alteraciones como huida placentera, zumbidos, aparecen como consecuencia de la conducta adictiva, tolerancia; indica el incremento de horas con objetivo de seguir experimentando sensaciones de placer, en cuanto al síndrome de abstinencia; es el malestar que experimenta el sujeto cuando no puede llevar a cabo la adicción, por otra parte, los conflictos; son comprendidos como las dificultades en sus relaciones interpersonales a causa del comportamiento adictivo. Finalmente, la recaída; es la reversión de la adicción después de periodos de abstinencia.

Por otra parte, al enmarcarnos en la variable la procrastinación académica, se puede afirmar, que ha tenido presencia a través de la historia de la humanidad, textos clásicos como los escritos por Ciceron refieren que dicha variable de estudio dentro de la ejecución de cualquier tarea es una de las conductas más negativas que puede tener el ser humano (Crane, 1999). Del mismo modo, Tucídides, quien fuese general de Atenas, en sus escritos sobre la guerra a los espartanos tomando de referencia el temperamento, señala que la procrastinación es un rasgo de carácter reprochado pues retrasa el inicio de cualquier actividad (Ferrari & Emmons, 1995).

Bajo esta misma línea, Hesiodo (como se citó en Steel, 2007) poeta importante en Grecia sostiene que el desplazar las obligaciones encontrará siempre la ruina. Cabe mencionar que, a pesar del conocimiento por este tema desde la antigüedad, la ciencia no ha realizado investigaciones respecto a este tema con anterioridad.

Por otro lado, y de acuerdo a las referencias históricas, señalan que la procrastinación en épocas de la revolución industrial, fue vista como una conducta aparentemente normal, pues el posponer las responsabilidades y actividades era incluso un accionar justificado (Klassen et al., 2007). Sin embargo, con el paso del tiempo y las investigaciones éste término fue tomando un carácter negativo, principalmente dentro de la era de la modernidad a partir de que los sistemas de producción se convertían en base para el desarrollo de la economía (McCown et al., 1991).

Bajo estas consideraciones, se comprende que el término “procrastinación” ha estado presente desde hace décadas y no es una manifestación reciente, incluso en muchos países se ha hablado acerca de éste tema, no obstante, en la actualidad sigue observándose en el individuo ser una de sus más grandes debilidades y de difícil comprensión (Klasen et al., 2007).

Steel (2007) afirma que Milgram fue uno de los pioneros en plantear como primer análisis histórico, ante ello sostiene que las personas se plantean muchos compromisos y responsabilidades establecidos a corto plazo, sin embargo, en ocasiones esto no se lleva a cabo pues brinda mayor importancia a la procrastinación. En tanto, Ferrari (1991) afirma que la vida escolar debe

caracterizarse por una experiencia llena de satisfacción y alegría, sin embargo, en ocasiones no sucede eso, pues con el auge de la tecnología conlleva muchas veces a que el sujeto se vea tentado a procrastinar, es decir, dejar a un lado los trabajos y responsabilidades tan solo por brindar más importancia a situaciones más placenteras.

Tomando en consideración lo expuesto, la procrastinación se conceptualiza como sensación de ansiedad cuando el sujeto percibe algunas tareas como estresantes, y tediosas, por lo que suele posponer dicha actividad (Gafni & Geri, 2010).

Para Ferrari y Tice (2007) supone una mala gestión del tiempo y problemas con la autorregulación; se caracteriza por la presencia de una conducta de evasión hacia las propias responsabilidades a través de un conjunto de excusas. En tanto, Kuhl (2000) señala que es realizar cualquier otra acción distinta a las obligaciones que tiene pendiente, difiriendo así de sus acciones; puede ocasionar un problema si se pretende alcanzar un objetivo.

Es toda acción de posponer o postergar el desarrollo de una tarea o la toma de decisiones, aunque se tenga el propósito de ejecutarlas, demorando su inicio e incluso pueden no llegar a realizarlas en absoluto (Busko, 1998).

Knaus (2000) señala que es un mal hábito, el cual genera problemas, ya que, el individuo se resiste al cambio mostrando ausencia de una autorregulación lo que impide poder alcanzar metas a largo plazo. Es decir, el individuo manifiesta un constante atraso de las tareas escolares, por tal motivo, el alumno no entrega a tiempo los trabajos que el docente establece. (González-Brignardello & Sánchez, 2013)

Furlan et al., (2012) incluyen dos aspectos, el funcionamiento cognitivo que da paso a un comportamiento disfuncional como el aplazamiento de las tareas, y aspectos psicológicos, comprendido como las consecuencias tal como la ansiedad o estrés.

Bajo ésta misma línea, Arévalo (2011) explica que es la actitud de evitar o postergar actividades pues considera que estas son muy incómodas o engorrosas, por lo cual se presenta desigualdad entre las capacidades y habilidades para realizar sus obligaciones.

Lirio (2011) la señala como una conducta y actitud de evitación frente a los trabajos académicos, sin embargo, ésta no origina que las actividades no se cumplan, sino que el sujeto desarrolle altos niveles de estrés. Para Balkis y Duru (2009) es la falta de motivación para comenzar y terminar las tareas que el docente establece, ésta conducta cambia con el tiempo y se encuentra relacionada con las estrategias de enseñanza del profesor y materiales didácticos.

Bajo estas consideraciones es importante mencionar desde el enfoque conductual, la procrastinación se suscita a través de la retroalimentación que proviene del ambiente, esto se conoce como la ley del efecto, así cuando el sujeto ha recibido recompensas por emitir alguna conducta procrastinadora ésta va a persistir (Di Fabio, 2006).

Reforzando lo expuesto en el párrafo anterior Ainslie (1991) explica que la recompensa engañosa dispone que el sujeto opte por lo más fácil, escogiendo aquellas recompensas de corto plazo, puesto que la procrastinación supone una fuerte necesidad por estar bien de inmediato, y no puede esperar a recibir las recompensas futuras. Bajo ésta concepción, la dilación se comprende como la posibilidad de escoger entre dos actividades, una con gratificación inmediata y la otra, también gratificante, pero a largo plazo.

En cuanto a la teoría cognitivo – conductual, ésta mantiene implicancias más allá de los conductistas, sostienen que las personas actúan conforme a pensamientos y actitudes, las cuales pueden ser adaptativas o no. Así, la procrastinación se da como resultado de pensamientos irracionales; concretándose con características auto-limitantes, autocríticas lo cual incrementa la ansiedad, desconfianza y más procrastinación. Así mismo, la dilación es resultado de tres causas, la autolimitación, baja tolerancia a la frustración y hostilidad (Ellis & Knaus, 1977).

De acuerdo a las ideas planteadas por Busko (1998) sostiene que la procrastinación académica es todo comportamiento que busca aplazar las tareas escolares. El autor en mención sostiene la importancia de conocer las causas que conlleva al sujeto a procrastinar, ya que generalmente el aplazamiento de actividades académicas se encuentra asociado a un estado de ansiedad y baja autoeficacia, lo que trae consigo consecuencias de carácter negativo pues afecta la vida académica

como bajas calificaciones, dificultad para la comprensión de los temas, entre otros. En ese sentido, Álvarez (2010) nos comenta de dos elementos inmersos en la procrastinación académica, tal es el caso del aplazamiento, que se define como una conducta de evasión frente al desarrollo de una actividad. Por otra parte encontramos la autorregulación, conceptualizado como un proceso que facilita al estudiante mantener y activar conductas focalizadas en el logro de metas, una ausencia de autorregulación influye de forma directa en la procrastinación.

En síntesis, sobre ambas variables, se puede determinar teóricamente, que cuando el sujeto tiene acceso masivo a las redes sociales y no cuenta con la supervisión adecuada de un tercero a fin de evitar la excesiva frecuencia de dicho comportamiento, la conducta aumenta ocasionando la adicción a la misma. Esto a su vez genera nuevos problemas como el desplazamiento de las obligaciones o aplazamiento de las actividades académicas, pues prioriza otras actividades como las redes sociales (Chan, 2011).

De ésta forma, el uso excesivo de redes sociales es, posiblemente uno de los factores claves para la procrastinación, por ello, es importante considerar el buen manejo de la tecnología, a fin de que el adolescente tenga un buen desempeño dentro del área académica y adecuado manejo de sus relaciones interpersonales (Domínguez et al., 2014).



### **III. METODOLOGÍA**

#### **3.1. Tipo y diseño de investigación**

Enfoque de investigación

Respecto al enfoque que se utilizó para el análisis, fue el de tipo cuantitativo, porque emplea el uso de los datos para obtener resultados o medidas cuantificables (Hernández et al. 2014).

Tipo de investigación

Según lo señalado por el Consejo Nacional de Ciencia, Tecnología e Innovación Tecnológica (CONCYTEC, 2018) esta investigación es de tipo básica, pues se orienta a la comprensión de aspectos fundamentales de determinados fenómenos o hechos, así como de sus posibles relaciones o interacciones.

Por otro lado, considerando también los aportes de Díaz (2009) corresponde a un tipo de investigación, de alcance descriptivo correlacional, pues en este trabajo se buscó adquirir conocimientos referentes a la dinámica relacional entre dos elementos (uso de redes sociales y procrastinación académica), así como describir las características de cada uno de ellos.

Diseño de investigación

En cuanto al diseño de la investigación, este fue no experimental, definido por Kerlinger y Lee (2002) como aquellas investigaciones en las que no se manipulan ni controlan los elementos de un estudio, por el contrario; el análisis de las variables es efectuado en su contexto natural. Asimismo, se empleó un corte transversal, pues la recolección de los datos a los participantes se llevó a cabo en un solo momento.

#### **3.2. Variables y operacionalización**

Variable 1: uso de redes sociales

Definición conceptual: conducta que efectúa una persona para acceder a plataformas digitales de socialización, las consecuencias negativas frente a

esta conducta dependerán de la frecuencia en el uso que aplica la persona y las respuestas psicológicas adquiridas frente a ello (Griffiths et al., 2014).

Definición operacional: puntajes que se han hallado luego de aplicar el Cuestionario sobre el uso de redes sociales (ARS; Ecurra & Salas, 2020) cuya estructura es de tres dimensiones relacionadas (obsesión por las redes sociales, falta de control personal en el uso de las redes sociales y uso excesivo de redes sociales) y además presenta cinco opciones de respuesta: (1) nunca, (2) rara vez, (3) algunas veces, (4) casi siempre, y (5) siempre.

Indicadores: constante atención a las redes sociales, tiempo desmedido en la navegación a distintas redes sociales, descuido del desarrollo social y otras actividades por permanecer conectado, frecuencia elevada en el uso hacia las redes sociales.

Escala de medición: ordinal

Variable 2: procrastinación académica

Definición conceptual: es toda acción de posponer o postergar el desarrollo de una tarea o la toma de decisiones, aunque se tenga el propósito de ejecutarlas, demorando su inicio e incluso pueden no llegar a realizarlas en absoluto (Busko, 1998).

Definición operacional: Puntajes que se han hallado luego de aplicar la Escala de procrastinación académica (EPA; Busko, 1998) versión adaptada por (Álvarez, 2010) cuya estructura es de dos dimensiones (aplazamiento y autorregulación) y además presenta cinco opciones de respuesta: siempre (4), casi siempre (3), a veces (2), pocas veces (1) y nunca (0).

Indicadores: arraigo por dejar todo de último minuto, aversión a la lectura, estudiar para un examen, mantenerse al día con las lecturas asignadas, culminar los trabajos asignados lo más pronto posible, perfeccionismo.

Escala de medición: ordinal

### **3.3. Población (criterios de selección), muestra, muestreo y unidad de análisis**

#### Población

Considerando los aportes de Lafuente y Marín (2008) la población representa al total de personas u objetos que responden a la problemática formulada en una investigación, presentando también características semejantes. Para este trabajo la población estuvo representada por 364 estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca del distrito de Comas, 2020 (Ministerio de educación [MINEDU], 2019).

#### Criterios de inclusión

- Estudiantes de ambos sexos.
- Con edades entre 15 a 17 años.
- Que participen de forma voluntaria.
- Que hagan uso de redes sociales.
- Que se encuentren matriculados en el año 2020 en la institución participante de la investigación.
- Que cuenten con la autorización de sus padres para participar de la investigación.

#### Criterios de exclusión

- Estudiantes menores de 15 años.
- Estudiantes, cuyos padres de familia o apoderados no aprueben su participación en la investigación.
- Que no tengan acceso a medios tecnológicos para el desarrollo de los instrumentos.
- Que envíen los formularios de evaluación incompletos.
- Que nunca hayan hecho uso de redes sociales.

## Muestra

Una muestra se entiende, como el subgrupo de la población que es representativo de la misma, debido a las similitudes que manifiesta, permitiendo la evaluación de una determinada problemática (Lafuente & Marín, 2008). En esta investigación, la muestra estuvo constituida por 187 estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca del distrito de Comas, 2020, el tamaño del grupo participante de esta investigación, se determinó haciendo uso de una fórmula estadística empleada para poblaciones finitas, considerando un 95% de nivel de confianza y un 0.5 de margen de error, tal y como se expresa a continuación:

### Figura 1

*Fórmula para el cálculo de la muestra*

$$n = \frac{Z^2 P Q N}{E^2 (N - 1) + z^2 \frac{\alpha}{2} P Q}$$

Dónde:

N: Tamaño de la población;

p: proporción de una de las variables importantes del estudio

q: 1 – p (complemento de p)

e: error de tolerancia

Z $\alpha$ /2: valor de la distribución normal, para un nivel de confianza de (1 –  $\alpha$ ).

## Muestreo

Considerando lo formulado por Camacho (2007) el muestreo representa un proceso, en el cual se delimitan las acciones para seleccionar a los participantes de un determinado estudio. Para este trabajo, el muestreo utilizado fue el no probabilístico e intencional, caracterizado por ser un proceso no aleatorio, que persigue el cumplimiento de criterios de selección

ajustado a las necesidades de la investigación, asimismo, contempló la participación de los sujetos con mayor accesibilidad frente al desarrollo del estudio.

Unidad de análisis

Estudiantes de 15 a 17 años, pertenecientes al 4to y 5to grado de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca, ubicada en el distrito de Comas, 2020.

Tabla 1

*Distribución de la muestra según género, edad y grado escolar*

		Frecuencia	Porcentaje
Género	Femenino	104	55.6%
	Masculino	83	44.4%
Edad	15 años	78	41.7%
	16 años	85	45.5%
	17 años	24	12.8%
Grado escolar	Cuarto grado	116	62%
	Quinto grado	71	38%
Total		187	100%

Fuente: Elaboración propia

Se muestra en la tabla 1 que un 55% de los participantes son del género femenino y un 44.4% del género masculino, siendo el grupo mayoritario, aquel conformado por mujeres. En cuanto a la edad, se observa que en su mayoría participaron estudiantes de 16 años con 45.5%, seguido por aquellos de 15 años con 41.7% y de 17 años con 12.8%. Finalmente, en lo referente al grado escolar se aprecia un 62% de participantes de cuarto grado de secundaria y un 38% de quinto grado.

### **3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

Técnica

La encuesta se ha empleado como técnica para la recopilación de datos en esta investigación, definida por García et al. (2006) como la aplicación de

una serie de preguntas en forma de cuestionario, que facilitan la exploración de un tema específico. Para este estudio la encuesta se aplicó en modalidad remota o virtual, haciendo uso del Cuestionario sobre el uso a redes sociales (ARS; Ecurra & Salas, 2014) y la Escala de Procrastinación Académica (EPA; Busko, 1998) versión adaptada de (Álvarez, 2010).

Instrumentos de recolección de datos

Cuestionario sobre el uso de redes sociales (ARS)

Ficha técnica

Autores : Ecurra y Salas

Procedencia y año : Perú (2014)

Objetivo : Valorar el uso hacia redes sociales

Tipo de aplicación : Individual o colectivo.

Tiempo de aplicación: 25 minutos.

Estructura : 3 dimensiones; obsesión por las redes sociales, falta de control personal en el uso de las redes sociales y uso excesivo de redes sociales.

Dirigido a : Adultos y adolescentes (Grimaldo, 2019)

Número de ítems : 24

Consigna de aplicación: el adolescente evaluado tendrá que dar respuesta a los 24 ítems que conforman al instrumento, tomando en cuenta las opciones de respuesta que figuran en la prueba.

Calificación del instrumento: Para obtener la puntuación global de la prueba, se suma el total de respuestas aportadas por el evaluado, no sin antes invertir los ítems (12 y 13), consignando la siguiente escala; (1) nunca, (2) rara vez, (3) algunas veces, (4) casi siempre, y (5) siempre. Posteriormente, la puntuación obtenida se ubica en la tabla de interpretación o baremos del

instrumento. La estructura original de la prueba indica que se puede obtener un puntaje total y por dimensiones.

#### Evidencias de validez y confiabilidad

El instrumento fue construido basándose en criterios del DSM-IV-TR, Escurra y Salas (2014) evaluaron los estándares de validez y confiabilidad en 380 jóvenes de Lima. El instrumento propuesto inicialmente contenía un total de 31 ítems, de los cuales fueron eliminados un total de 7 ítems que no cumplieron con los criterios del análisis preliminar, para finalmente establecerse con 24 reactivos. El análisis factorial exploratorio dio a conocer que un 57.49% de la varianza explicaba tres factores. Seguidamente analizaron la confiabilidad de la prueba reportando un coeficiente Alfa de Cronbach general de .95 y para sus dimensiones de; .91, .88 y .92. Posteriormente efectuaron un análisis factorial confirmatorio, el cual identificó que el modelo de mayor ajuste fue el de 3 factores relacionados ( $\chi^2 (238) = 35.23$ ;  $p < .05$ ;  $\chi^2/gl = 1.48$ ;  $GFI = .92$ ;  $RMR = .06$ ;  $RMSEA = .04$ ;  $AIC = 477.28$ ), así también, fueron analizados los ítems y factores de acuerdo al MRG de Samejima cumpliendo con los parámetros estipulados. En síntesis, se evidencia un instrumento con medidas psicométricas óptimas.

En este trabajo se desarrolló un estudio piloto dónde el valor de la confiabilidad obtenido en el instrumento fue de 0.913, indicando una excelente confiabilidad (George & Mallery, 2003).

#### Escala de Procrastinación Académica (EPA)

##### Ficha técnica

Autor original	: Busko
Procedencia y año	: Canadá (1998)
Versión al español	: Álvarez (2010)
Objetivo	: evaluar la conducta de procrastinación en el ámbito académico.

Tipo de aplicación : individual o colectiva

Tiempo de aplicación : 17 minutos

Estructura : 2 dimensiones (aplazamiento y autorregulación)

Dirigido a : adolescentes y adultos

Número y tipo de ítems : 16 (5 directos y 11 inversos).

Consigna de aplicación : el adolescente evaluado tendrá que dar respuesta a los 16 ítems que conforman al instrumento, tomando en cuenta las opciones de respuesta que figuran en la prueba.

Calificación del instrumento: Para obtener la puntuación global de la prueba, se suma el total de respuestas aportadas por el evaluado, haciendo uso de la siguiente escala para las respuestas; siempre (4), casi siempre (3), a veces (2), pocas veces (1) y nunca (0), no sin antes, invertir las respuestas de los ítems (2, 4, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 13, 14 y 15). Posteriormente, la puntuación obtenida permite ubicar los resultados en las tablas de interpretación.

#### Evidencias de validez y confiabilidad

La versión inicial del instrumento en su versión al castellano, realizada en escolares y universitarios de Lima, señaló una estructura de dos dimensiones en la prueba, tras la aplicación del análisis factorial exploratorio, asimismo el índice de discriminación de los ítems fue adecuado, oscilando entre .31 a .54, en cuanto a la confiabilidad por consistencia interna, Álvarez (2010) señaló la obtención de un valor de .80 en el coeficiente Alfa. En este trabajo se desarrolló un estudio piloto, dónde el valor de confiabilidad hallado en el instrumento fue de 0.737, indicando una buena confiabilidad (George & Mallery, 2003).



### **3.5. Procedimientos**

Cómo un primer paso en el desarrollo de esta investigación, se solicitaron los permisos para el uso ético de los instrumentos, seguidamente se realizaron las coordinaciones con la institución educativa participante para poder acceder a la muestra. Se construyó un formulario en la plataforma Google, para poder realizar la evaluación y recopilación de la información en modalidad virtual, contemplando dentro de dicho formulario; el formato de consentimiento informado (para los participantes y sus apoderados), los instrumentos y una breve encuesta de datos sociodemográficos. Se difundió el link de acceso a la evaluación a los estudiantes que cumplían con los criterios especificados en este trabajo. Al obtener la totalidad de datos de la muestra de participantes, se traspasaron los datos del formato Microsoft Excel, al programa SPSS 24, para el análisis estadístico en función a los objetivos formulados. Se analizaron los datos obteniendo tablas y figuras que permitieron la interpretación de los mismos, finalmente se elaboró la discusión, conclusiones y recomendaciones, procediendo con la disertación de la presente tesis.

### **3.6. Método de análisis de datos**

Los procedimientos estadísticos efectuados en esta tesis, se elaboraron con el software SPSS 24 y Jamovi 1.1.9.0, con los que inicialmente se verificaron las propiedades psicométricas de la prueba, tal es el caso de la confiabilidad (Alfa y Omega) y análisis factorial confirmatorio.

De forma específica y cumpliendo con los objetivos formulados en esta investigación, se llevó a cabo el análisis descriptivo de las variables por medio de frecuencias y porcentajes, seguidamente se empleó la prueba Kolmogorov Smirnov, para la verificación de la distribución de los datos, dónde se halló que los datos no se ajustaban a la normalidad, por tanto se aplicó la prueba no paramétrica de correlación Rho de Spearman para responder a los objetivos de investigación.

### **3.7. Aspectos éticos**

Se tomó en cuenta criterios, que visibilizan la transparencia de este estudio, considerando en primera instancia el cuidado y respeto de los participantes de la investigación, pues de acuerdo a lo reportado por la Asociación Médica Mundial (AMM, 2013) en la Declaración de Helsinki, se relató la importancia y relevancia del uso del consentimiento informado, pues es un documento que corrobora la participación voluntaria de los sujetos, asimismo, con apoyo en los principios de la bioética, los participantes fueron tratados de manera equitativa, aplicando en ello el principio de justicia. Igualmente, su participación no involucró un riesgo para su salud física y emocional, hecho que engloba el principio de no maleficencia. Se encuentra también el principio de autonomía, que indica que los participantes pueden reservarse el derecho de mantenerse o no dentro de la investigación, pudiendo retirarse en el momento que decidan. Por último, el principio de beneficencia revela que toda investigación genera relevancia social, pues el desarrollo de un aporte científico provee beneficios para el participante y su contexto.

Por último, otro importante aspecto ético considerado en este trabajo fue el respeto por la propiedad intelectual, para dicho cumplimiento se hizo uso de referencias y citas redactadas en formato APA, a fin de preservar la autoría de otros investigadores, evitando todo contenido de plagio (American Psychological Association [APA], 2020).

## IV. RESULTADOS

### 4.1. Resultados descriptivos

Tabla 2

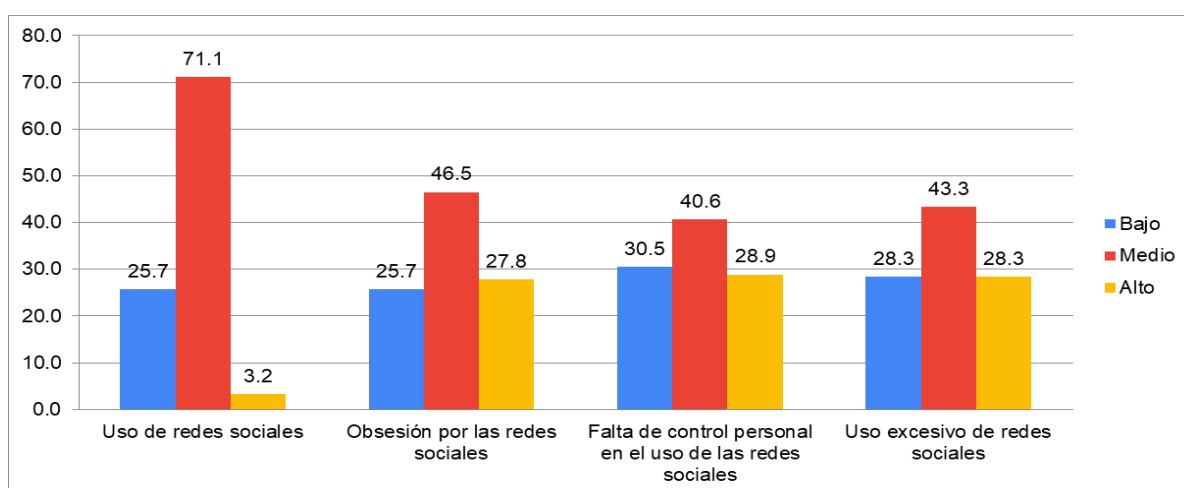
*Niveles de uso de redes sociales en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2021*

Niveles	Uso de redes sociales		Obsesión por las redes sociales		Falta de control personal en el uso de las redes sociales		Uso excesivo de redes sociales	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Bajo	48	25.7%	48	25.7%	57	30.5%	53	28.3%
Medio	133	71.1%	87	46.5%	76	40.6%	81	43.3%
Alto	6	3.2%	52	27.8%	54	28.9%	53	28.3%
Total	187	100%	187	100%	187	100%	187	100%

Fuente: Elaboración propia; Fr: frecuencia; %: porcentaje

Figura 2

*Distribución porcentual del uso de redes sociales y sus dimensiones en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2021*



Fuente: Elaboración propia

Se aprecia que el uso de redes sociales en los estudiantes participantes predomina en un nivel medio (71.1%), seguido por el nivel bajo (25.7%), no obstante, un 3.2% de los participantes presentó un alto nivel de uso de redes sociales. En lo referente a los niveles obtenidos por dimensiones se apreció que en la totalidad predominó un nivel medio: obsesión por las redes sociales (46.5%), falta de control personal en el uso de las redes sociales (40.6%) y uso excesivo de redes sociales (43.3%). Cabe precisar que la dimensión que manifestó una mayor distribución porcentual en el nivel alto fue la falta de control en el uso de redes sociales (28.9%), seguido por el uso excesivo de redes sociales (28.3%) y finalmente la obsesión por las redes sociales (27.8%).

Tabla 3

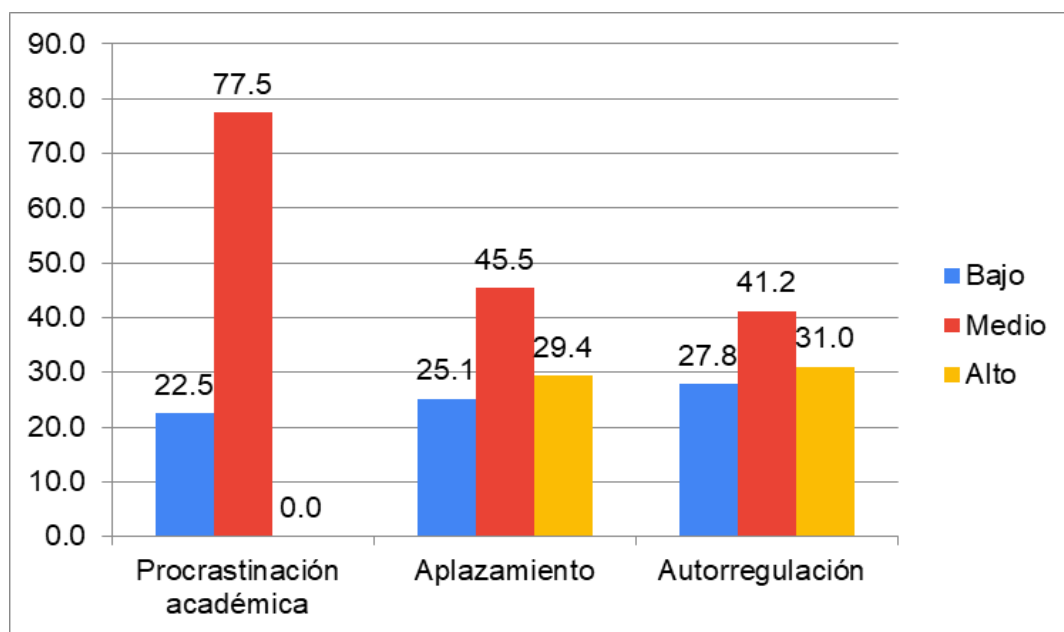
*Niveles de procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2021*

Niveles	Procrastinación académica		Aplazamiento		Autorregulación	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Bajo	42	22.5%	47	25.1%	52	27.8%
Medio	145	77.5%	85	45.5%	77	41.2%
Alto	0	0%	55	29.4%	58	31%
Total	187	100%	187	100%	187	100%

Fuente: Elaboración propia; Fr: frecuencia; %: porcentaje.

Figura 3

*Distribución porcentual de procrastinación y sus dimensiones en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020.*



Fuente: Elaboración propia

Se identifica que el nivel de procrastinación académica que predominó en los participantes fue el medio (77.5%), seguido por el nivel bajo (22.5%), a su vez no se detectaron casos de procrastinación académica alta en los participantes. En cuanto a las dimensiones predominaron también los niveles medio: aplazamiento (45.5%) y autorregulación (41.2%). Finalmente, se encontró un bajo nivel de autorregulación en el 27.8% de participantes y un alto nivel de aplazamiento en el 29.4%.

## 4.2. Resultados inferenciales

Tabla 4

*Prueba de ajuste de bondad en las variables uso de redes sociales y procrastinación académica*

Variables y dimensiones		Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
		Estadístico	gl	Sig.
Uso de redes sociales		0.102	187	0.000
Dimensiones	Obsesión por las redes sociales	0.110	187	0.000
	Falta de control personal en el uso de las redes sociales	0.096	187	0.000
	Uso excesivo de redes sociales	0.092	187	0.001
Procrastinación académica		0.090	187	0.001
Dimensiones	Aplazamiento	0.103	187	0.000
	Autorregulación	0.067	187	0.040

Fuente: Elaboración propia

Se aprecia el resultado de la prueba de ajuste de bondad Kolmogorov Smirnov, obteniendo un p valor  $<.05$  tanto en las variables como en sus dimensiones, lo que significaría que las variables y dimensiones no se ajustan a una distribución normal, por lo que convendría el uso de pruebas estadísticas no paramétricas, seleccionando al estadístico Rho de Spearman, ya que, los objetivos planteados tienen un alcance correlacional.

### Hipótesis general

H<sub>0</sub>: No existe correlación significativa directa entre uso de redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020.

H<sub>1</sub>: Existe correlación significativa directa entre uso de redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020.

Tabla 5

*Coeficiente de correlación entre uso de redes sociales y procrastinación académica*

		Procrastinación académica
Uso de redes sociales	Rho de Spearman	,456**
	Sig. (bilateral)	0.000
	N	187

Fuente: Elaboración propia

Se demuestra que existe significancia en la relación entre uso de redes sociales y procrastinación académica, dado que el p valor obtenido fue de 0.000, siendo  $p < .05$ , a su vez se encontró que el valor del coeficiente Rho fue de ,456\*\*, señalando una relación de tipo directa y moderada. Con los datos presentados se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ) y se acepta la hipótesis alterna ( $H_1$ ) señalando que existe correlación significativa directa entre uso de redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020, definiendo que cuanto mayor es el uso de redes sociales, mayor será la procrastinación académica en los participantes de la investigación.

### **Hipótesis específica 1**

$H_0$ : No existe correlación significativa directa entre uso de redes sociales y aplazamiento en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020.

$H_{11}$ : Existe correlación significativa directa entre uso de redes sociales y aplazamiento en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020.

Tabla 6

*Coeficiente de correlación entre uso de redes sociales y aplazamiento*

		Aplazamiento
Uso de redes sociales	Rho de Spearman	,391**
	Sig. (bilateral)	0.000
	N	187

Fuente: Elaboración propia

Se puede evidenciar que existe significancia en la relación entre uso de redes sociales y aplazamiento, dado que el p valor obtenido fue de 0.000, siendo  $p < .05$ , a su vez se encontró que el valor del coeficiente Rho fue de ,391\*\*, señalando una relación de tipo directa y moderada. Con los datos presentados se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ) y se acepta la hipótesis alterna ( $H_{i1}$ ) señalando que existe correlación significativa directa entre uso de redes sociales y aplazamiento en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020, definiendo que cuanto mayor es el uso de redes sociales, mayor será el aplazamiento de actividades académicas en los participantes de la investigación.

### **Hipótesis específica 2**

$H_0$ : No existe correlación significativa directa entre uso de redes sociales y autorregulación en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020.

$H_{i2}$ : Existe correlación significativa inversa entre uso de redes sociales y autorregulación en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020.



Tabla 7

*Coeficiente de correlación entre uso de redes sociales y autorregulación*

		Autorregulación
Uso de redes sociales	Rho de Spearman	-,392**
	Sig. (bilateral)	0.000
	N	187

Fuente: Elaboración propia

Se logra reportar que existe significancia en la relación entre uso de redes sociales y autorregulación, dado que el p valor obtenido fue de 0.000, siendo  $p < .05$ , a su vez se halló que el valor del coeficiente Rho fue de -,392\*\*, señalando una relación de tipo inversa y moderada. Con los datos presentados se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ) y se acepta la hipótesis alterna ( $H_1$ ) señalando que existe correlación significativa inversa entre uso de redes sociales y autorregulación en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020, definiendo que cuanto mayor es el uso de redes sociales, menor será la autorregulación en las actividades académicas en los participantes de la investigación.

## V. DISCUSIÓN

Las redes sociales se han convertido en herramientas indispensables en la vida humana, integrándose a nuestros estilos de vida, siendo en muchos casos, medios básicos para mantener la comunicación con el entorno, sin embargo, un descontrol en el uso de dichas plataformas, genera un desbalance que impacta en las diferentes esferas de desarrollo de la persona, siendo los adolescentes un grupo de mayor vulnerabilidad y exposición, debido a que esta situación los afecta a nivel emocional y con ello se producen cambios en sus actividades más significativas, tal es el caso de la vida académica, iniciándose el desarrollo de conductas desadaptativas en dicho ámbito, como es el caso de la procrastinación (Hernández et al., 2017).

En ese sentido, se propuso fundamentalmente conocer la relación entre dos elementos: uso de redes sociales y procrastinación académica, considerando las vivencias de un total de 187 estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca del distrito de Comas, 2021, entonces, este capítulo muestra los principales hallazgos sobre el tema planteado, sustentándolo con información teórica previa y estudios antecedentes que refuercen cada uno de los resultados informados, permitiendo generar aportes y un alcance claro en referencia al tema investigado.

De esta manera, la hipótesis general del estudio propuso que existía correlación significativa directa entre uso de redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020. El análisis de dicho planteamiento reportó que en efecto se aceptaba la hipótesis planteada y se rechazaba la hipótesis nula, debido a que el uso de redes sociales se correlaciona de forma significativa ( $p < .05$ ) y directa ( $\rho = .456^{**}$ ) con la procrastinación académica. Esto indicaría que un mayor uso de redes sociales revela también una mayor procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020.

Los hallazgos reportados se avalan en estudios previos como el de Daza (2020) en Colombia, el cual, concluye que una conducta de procrastinación en el adolescente se relaciona de forma significativa con la presencia de sintomatología adictiva hacia

redes sociales e internet, es decir, la manifestación de indicadores de adicción a redes sociales e internet, reflejan un elevado nivel de procrastinación en el adolescente.

Igualmente, investigaciones nacionales corroboran el hallazgo, pues en el estudio de Cahuana y Ricaldi (2019) en Arequipa, identificaron que la adicción a redes sociales se relacionaba de forma positiva con la procrastinación académica. Los autores concluyen que; ante la presencia de un comportamiento adictivo frente al uso de redes sociales en adolescentes, existirá también, manifestación de conductas de procrastinación en el ámbito académico. Esto se corrobora por Mamani y Gonzáles (2019) en Lima este, quienes concluyen que un nivel alto de procrastinación académica en estudiantes se vincula a un uso adictivo de redes sociales. A su vez, Nuñez y Cisneros (2019) en Arequipa, tras evaluar a 220 jóvenes estudiantes, hallaron existe relación significativa y positiva entre los elementos investigados, explicando que un uso adictivo a redes sociales indicaría también un alto nivel de procrastinación.

Con ello, se puede afirmar, que en el ámbito adolescente, el someterse a un uso problemático de plataformas como las redes sociales, vulnera al estudiante frente al desarrollo de conductas inapropiadas en su esfera académica, tal es el caso de la procrastinación, postergando actividades vinculadas a los estudios, producto de efectuar una priorización a entornos de ocio como el acceso a redes sociales, pese a ello, es importante dar a conocer algunos estudios que reportaron resultados opuestos, tal es el caso del trabajo de Flores et al. (2019) en México, quienes indicaron que el uso de redes sociales no se asocia significativamente con la procrastinación académica en los evaluados, recomendando explorar otras variables además de la procrastinación para verificar cuán relevantes son frente al uso de redes sociales.

Igualmente, en Juliaca, Díaz y Zecenarro (2019) revelaron que la manifestación de conductas de adicción a redes sociales, no necesariamente influyen en el desarrollo de una conducta de procrastinación, en adolescentes. Sobre los hallazgos contrapuestos es importante considerar que existen variables ambientales que pueden estar ejerciendo cierta variabilidad en los hallazgos, pues los estudios con resultados diversos exponen contextos distintos, adicionales al uso de instrumentos

de medición diferentes a los empleados en este trabajo, razones que posiblemente fundamenten los diferentes resultados.

Entonces, se recalca que con el aporte brindado la procrastinación académica y el uso de redes sociales son elementos vinculados, esto es avalado a nivel teórico por Chan (2011) quien explica que cuando un adolescente tiene acceso masivo a las redes sociales y no cuenta con la supervisión adecuada de un tercero, existe la posibilidad de que la conducta aumente, ocasionando la adicción, esto a su vez generaría nuevos problemas como el desplazamiento de las obligaciones o aplazamiento de las actividades académicas, pues se priorizaría el acceso a las redes sociales como tal.

Si bien, se sostiene con claridad la relación entre las variables de estudio, no obstante, estos resultados permiten continuidad en la exploración del tema y el desarrollo de planteamientos futuros que involucren otros elementos inmersos en la dinámica desarrollada, de igual forma, es fundamental considerar el aporte de este hallazgo frente al desarrollo de acciones aplicativas como talleres y/o programas pues permitirán considerar ambos elementos como una fuente de información importante para obtener datos deseados.

Asimismo, se formularon hipótesis específicas; dónde la primera de ellas fue que existía correlación significativa directa entre uso de redes sociales y aplazamiento en los participantes. El análisis de dicha formulación reveló la aceptación del planteamiento, identificando que el uso de redes sociales se correlaciona de forma significativa ( $p < .05$ ) y directa ( $\rho = .391^{**}$ ) con el aplazamiento. Es decir, un elevado uso de redes sociales, reflejaría un alto aplazamiento de actividades académicas en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020.

Este hallazgo, se complementa de forma puntual como el estudio de Paredes (2019) en Trujillo, quien al evaluar a 225 escolares de nivel secundaria, cuyas edades oscilaban entre los 15 a 18 años, encontró que la adicción a redes sociales se vincula de forma positiva con la postergación o aplazamiento de actividades. Esto indicaría que quienes efectúen un uso descontrolado de elementos como las redes sociales, tienen mayor probabilidad de desplazar sus actividades

académicas, Álvarez (2010) indica que el aplazamiento, hace referencia a una conducta de evasión frente al desarrollo de una actividad, lo cual a su vez produce estados de ansiedad y baja autoeficacia, que traen consigo consecuencias de carácter negativo que afectan la vida académica como: bajas calificaciones, dificultad para la comprensión de los temas, entre otros (Busko, 1998).

De esta manera, un uso excesivo de redes sociales es, posiblemente uno de los factores claves para la postergación o aplazamiento de actividades académicas, por ende, se recomienda gestionar el buen manejo de la tecnología, a fin de que el adolescente tenga un buen desempeño dentro del área académica y esto contribuya con su desarrollo personal (Domínguez et al., 2014).

Como segunda hipótesis específica se formuló que existe correlación significativa inversa entre uso de redes sociales y autorregulación en los adolescentes participantes, esta propuesta fue aceptada tras el análisis de resultados, hallando que el uso de redes sociales se correlaciona de forma significativa ( $p < .05$ ) e inversa ( $r = -.392^{**}$ ) con autorregulación. Esto señalaría que a mayor uso de redes sociales, menor será la autorregulación de actividades académicas en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020.

Este resultado, es también avalado por el estudio de Paredes (2019) quien reporta que la adicción a redes sociales se vincula de forma negativa con la autorregulación académica. Este dato refuerza la idea de que un uso problemático de las redes sociales responde a carencias para autorregular actividades académicas.

Es decir, un estudiante al que le cuesta manejar un uso controlado frente a redes sociales, es posible que no logre mantener y activar conductas focalizadas en el logro de metas académicas (Álvarez, 2010). En ese sentido, este hallazgo permite aportar directamente con información que sirva de punto de partida para la construcción y ejecución de estrategias en el marco de la educación, que busquen o propicien en los adolescentes prácticas adecuadas en sus estudios fomentando una adecuada autorregulación académica, como clave para mantener un desempeño estudiantil saludable.

Por otro lado, a nivel descriptivo se propuso identificar los niveles de uso de redes sociales en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022

Sinchi Roca - Comas, 2020. Obteniendo como resultado que el uso de redes sociales en los estudiantes participantes predomina en un nivel medio (71.1%), seguido por el nivel bajo (25.7%), no obstante, un 3.2% de los participantes presentó un alto nivel de uso de redes sociales. Los resultados son similares al estudio de Paredes (2019) en Trujillo, quien reportó predominancia de un nivel bajo en el uso a redes sociales.

Estos hallazgos permiten verificar que el uso de redes sociales de tipo problemático o en un nivel alto es efectuado por una minoría de participantes, sin embargo, es considerado un aspecto importante a prevenir, pues concientizando sobre los riesgos que trae consigo el no manejar adecuadamente este tipo de actividades, es fundamental que se construyan mecanismos de intervención que faciliten la regulación del tiempo de uso, más aún en momentos como los que estamos viviendo pues la interacción social se reduce a la conectividad virtual, con el objetivo de preservar el cuidado de la salud, a su vez, en nuestro contexto las cifras de acceso a este tipo de herramientas es de casi 12 millones, equivalente a un 50% de la población nacional (Ipsos, 2020) recalcando que en nuestro país, las personas en general y los adolescentes prestan notoria atención al empleo de redes sociales.

Por último, se buscó identificar los niveles de procrastinación académica, predominando el nivel medio (77.5%), seguido por el nivel bajo (22.5%), sin embargo, no se detectaron casos de procrastinación académica alta en los participantes. Estas evidencias permiten precisar que en el contexto de los estudiantes evaluados, no se aprecian conductas problema sobre el aplazamiento de actividades académicas, situación que es beneficiosa para seguir fomentando hábitos saludables frente al estudio y con ello resguardar el desarrollo de otro tipo de conductas problema en los adolescentes.

En consecuencia, en este capítulo se ha permitido sintetizar y fundamentar la relación entre uso de redes sociales y procrastinación académica en los participantes, reportando que dichos constructos actúan de forma simultánea, precisando que el desarrollar un descontrol frente al uso de redes sociales, refiere un descuido y prolongación de las actividades académicas en los adolescentes, corroborando de esa manera que la inadecuada gestión de herramientas virtuales como las redes sociales se instauran como un factor de riesgo en la vida académica

de estudiantes, siendo recomendable el propiciar la promoción de comportamientos saludables sobre el uso de este tipo de plataformas, de tal manera se contribuya con los buenos hábitos para el desarrollo de vivencias académicas fructíferas y gratificantes en la vida adolescente, promoviendo el desarrollo saludable y manteniendo continuidad de los estudios en muchos adolescentes.

Para concluir con la discusión de los hallazgos, es importante comentar algunos aspectos que limitaron el desarrollo de la investigación, entre ellos, el acceso a la muestra, pues debido a la coyuntura actual, tuvo que emplearse herramientas de ayuda virtual para efectuar la evaluación de los participantes, dinámica que requirió de mayor tiempo, debido a que la convocatoria de los participantes se llevó a cabo de una forma distinta, en ese sentido, el tiempo aportado para dicho proceso fue prolongado, no obstante, se cumplió con el tamaño de la muestra estimado, permitiendo que se efectúe el análisis correspondiente. Finalmente, otra limitante surge en el tipo de muestreo, ya que se empleó una modalidad de recolección de datos no probabilista, puesto que, era la de mejor ajuste a la coyuntura de emergencia que estamos vivenciando, sin embargo, este tipo de procedimientos no permiten la generalización de los resultados, siendo un importante aporte que aplica únicamente al grupo trabajado, pero que puede significar la apertura a otros planteamientos que contribuyan de igual forma en la gestión de la educación.

## VI. CONCLUSIONES

**Primera:** En función al objetivo general se encontró que el uso de redes sociales se correlaciona de forma significativa ( $p < .05$ ) y directa ( $\rho = ,456^{**}$ ) con la procrastinación académica. Esto indicaría que un mayor uso de redes sociales revela también una mayor procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020.

**Segunda:** De acuerdo al objetivo específico 1, se halló que el uso de redes sociales se correlaciona de forma significativa ( $p < .05$ ) y directa ( $\rho = ,391^{**}$ ) con

aplazamiento. Es decir, un elevado uso de redes sociales, reflejaría un alto aplazamiento de actividades académicas en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020.

**Tercera:** En referencia al objetivo específico 2, se halló que el uso de redes sociales se correlaciona de forma significativa ( $p < .05$ ) e inversa ( $\rho = -.392^{**}$ ) con autorregulación. Esto señalaría que a mayor uso de redes sociales, menor será la autorregulación de actividades académicas en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020.

**Cuarta:** En función al objetivo específico 3, se identificó que el uso de redes sociales predomina en un nivel medio con 71.1%, seguido por el nivel bajo con 25.7%, y un nivel alto con un 3.2% de estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020.

**Quinta:** Según lo expuesto en el objetivo específico 4, se identificó que la procrastinación académica predominaba en el nivel medio con 77.5%, seguido por el nivel bajo con 22.5% y finalmente en el nivel alto no se detectaron casos de procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020.

## VII. RECOMENDACIONES

**Primera:** Las autoridades de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020, deben contemplar los resultados de este estudio para efectuar medidas de mejora en sus alumnos, promoviendo el uso responsable de redes sociales y entablando hábitos de autocuidado académico, que favorezcan a la autorregulación de las actividades escolares.

**Segunda:** Los especialistas de la salud y gestión educativa de la institución participante, deben contemplar los datos generados para establecer programas



educativos que fomenten la prevención de comportamientos como la procrastinación académica, los cuales sean direccionados prioritariamente a alumnos que mantengan un uso problemático frente a las redes sociales.

**Tercera:** Promover en los docentes de la institución participante, pautas para que orienten a sus alumnos en estrategias para la autorregulación de actividades académicas, pues es un elemento clave para contrarrestar la postergación de actividades académicas.

**Cuarta:** Implementar un programa que involucre a padres de familia en el cuidado del tiempo de acceso a redes sociales en sus hijos, estableciendo normas y explicando lo importante que resultaría mantener un uso saludable de dichas plataformas, pues con ello se resguardaría el desarrollo de conductas óptimas en la vida escolar, reduciendo la vulnerabilidad frente a la procrastinación en el adolescente.

**Quinta:** Continuar investigando sobre el tema, considerando aspectos metodológicos que sumarían a los aportes ya encontrados, tal es el caso de: considerar un muestreo probabilístico, complementar el estudio adicionando otros constructos, efectuar análisis comparativos en función a elementos sociodemográficos (sexo, condición socioeconómica, estado civil de los padres, tipo de colegio, etc.).

## REFERENCIAS

- Ackerman, D. y Gross, B. (2005). My instructor made me do it: Task characteristics of procrastination. *Journal of Marketing Education*, 27(5), 5-13. <https://doi.org/10.1177/0273475304273842>
- Akobeng, A. (2016). Understanding type I and type II errors, statistical power and sample size. *Acta Paediatr*, 105(6), 605-609. Doi:10.1111/apa.13384
- Adamic, L., Adar, E. (2005). "How to search a social network". *Social networks*, 27(3). <http://www.cond.org/socsearch.pdf>
- Ainslie, G. (1991). Derivation of Rational Economic Behavior from Hyperbolic Discount Curves. *American Economic Review*, 81(2). <http://links.jstor.org/sici?sici=0002-8282%28199100%3B2-O&origin=repec>
- Álvarez, O. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Persona*, 13, 159-177. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=147118212009>
- American Psychological Association. (2020). *Publication Manual of the American Psychological Association* (7ma ed.). American Psychological Association
- Amichai, Y. (2000). The relationship between extraversion and neuroticism and the different uses of the Internet. *Computers in Human behavior*, 16(4). Doi: 10.1016/S0747-5632(00)00017-0
- Arévalo, E. (2011). *Escala de Procrastinación en Adolescentes*. Trujillo.
- Asociación Médica Mundial. (2013). *Declaración de Helsinki de la AMM - Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos*. <http://www.isciii.es/ISCIII/es/contenidos/fd-investigacion/fd-evaluacion/fd-evaluacion-etica-investigacion/Declaracion-Helsinki-2013-Esp.pdf>
- Ávila, J. (2009). Redes Sociales, Generación de Apoyo Social ante la pobreza y calidad de vida. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología*, 2(2). <https://doi.org/10.33881/2027-1786.rip.2207>

- Azúa, M. (2009). *The Social Factor*. Editorial R.R.
- Barquero, J. (2005). *Comunicación Estratégica: Relaciones públicas, Publicidad y Marketing*. Editorial McGraw Hill.
- Balkis, M. y Duru, E. (2009). Prevalence of academic procrastination behavior among pre-service teachers, and its relationships with demographics and individual preferences. *Journal of Theory and Practice in Education*, 5(1), 18-32. [http://eku.comu.edu.tr/index/5/1/mbalkis\\_eduru.pdf](http://eku.comu.edu.tr/index/5/1/mbalkis_eduru.pdf)
- Boyd, D. y Ellison, N. (2007). Social Network Sites: Definition, History, and Scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13(1). <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x>
- Braquero, A. y Calderón, F. (2016). Influencia de las nuevas tecnologías en el desarrollo adolescente y posibles desajustes. *Revista cúpula*, 30(2), 11-25. <https://www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/cupula/v30n2/art02.pdf>
- Busko, D. (1998). *Causes and consequences of perfectionism and procrastination: A structural equation model* [Tesis de maestría no publicada]. University of Guelph.
- Cabero, J. y Marín, V. (2014). Posibilidades educativas de las redes sociales y el trabajo en grupo: Percepciones de los alumnos universitarios. *Comunicar: Revista científica iberoamericana de comunicación y educación*, 42(1), 165-172. <http://dx.doi.org/10.3916/C42-2014-16>
- Cahuana, D. y Ricaldi, K. (2019). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Arequipa, 2019* [Tesis de licenciatura; Universidad Peruana Unión]. Repositorio institucional de la Universidad Peruana Unión [https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/2822/Daniel\\_Trabajo\\_Bachiller\\_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/2822/Daniel_Trabajo_Bachiller_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Camacho, J. (2007). Investigación, poblaciones y muestra. *Acta Médica Costarricense*, 49(1), 11-12. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=43449104>

- Castro, S. y Mahamud, K. (2017). Procrastinación académica y adicción a internet en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Avances en psicología*, 25(2), 189-197. [https://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2017\\_2/PROCR ASTINACI%C3%93N.pdf](https://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2017_2/PROCR ASTINACI%C3%93N.pdf)
- Chan, L. (2011). Procrastinación académica como predictor en el rendimiento académico en jóvenes de educación superior. *Temát. Psicol.* 7(1). [http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/revista\\_tematica\\_psicologia\\_2011/chan\\_bazalar.pdf](http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/revista_tematica_psicologia_2011/chan_bazalar.pdf)
- Choquecota, M. y Barrantes, R. (2019). *Adicción a internet y procrastinación académica en estudiantes de 4to y 5to grado de nivel secundaria del Colegio Adventista Túpac Amaru, Juliaca 2019* [Tesis de licenciatura; Universidad Peruana Unión]. Repositorio institucional de la Universidad Peruana Unión [https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/2667/Mar%c3%ada\\_Trabajo\\_Bachiller\\_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/2667/Mar%c3%ada_Trabajo_Bachiller_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Consejo Nacional de Ciencia, Tecnología e Innovación Tecnológica. (2018). *Reglamento de calificación, clasificación y registro de los investigadores del sistema nacional de ciencia, tecnología e innovación tecnológica - reglamento* RENACYT. [https://portal.concytec.gob.pe/images/renacyt/reglamento\\_renacyt\\_version\\_final.pdf](https://portal.concytec.gob.pe/images/renacyt/reglamento_renacyt_version_final.pdf)
- Contreras, H., Mori, E., Lam, N., Gil, E., Hinostroza, W., Rojas, D., Espinoza, E., Torrejón, E. y Conspira, C. (2011). Procrastinación en el estudio: exploración del fenómeno en adolescentes escolarizados. Lima Metropolitana, Perú. *Revista Peruana de Epidemiología*, 15(3), 1-5. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=203122771007>
- Correa, P. (27 de mayo de 2009). 15 a 20% de la población pospone sus tareas. *El espectador*. <https://www.elespectador.com/noticias/actualidad/15-a-20-de-la-poblacion-pospone-sus-tareas/#:~:text=No%20existen%20estad%C3%ADsticas%20exactas%20so>

bre,%2C%2020%25%20ser%C3%ADan%20procrastinadores%20frecuentes.

Cox, L. (2005). Examining the role of social network intervention as an integral component of community-based, family-focused practice. *Journal of Child and Family Studies*, 14(3). <https://doi.org/10.1007/s10826-005-6855-1>

Crane, G. (1999). *El proyecto Perseus*. Perseus Biblioteca

Dávila, P. y Naya, L. (2009). El Centro de Documentación de Historia de la Educación en Euskal Herria en Internet: una experiencia innovadora. *Cuadernos de Historia de la Educación*, 6(2).  
Doi: <https://doi.org/10.14201/eks20161725572>

Daza, W. (2020). *Estado de la Adicción a las Redes Sociales e Internet y Rendimiento Académico* [Tesis de maestría; Universidad distrital Francisco José de Caldas]. Repositorio institucional de la Universidad distrital Francisco José de Caldas  
<http://repository.udistrital.edu.co/bitstream/11349/24424/1/DAZAPINILLAWILSON2020.pdf>

Del Toro, M., Chávez, J. y Arias, M. (2019). Procrastinación Académica y Adicción al Internet en Estudiantes Universitarios. *Gestión de las TICs en el Contexto de las Ciencias Administrativas y la Competitividad en las Organizaciones en México*, 73-87. <https://econpapers.repec.org/bookchap/msgnticsm/12-04.htm>

Díaz, A. (7 de Enero de 2019). Salud mental en el adolescente: el peligro de los smartphones. *Clínicas Las Condes*  
<https://www.clinicalascondes.cl/BLOG/Listado/Psiquiatria-Infantil/salud-mental-en-adolescentes>

Díaz, D. y Zecenarro, L. (2019). *Adicción a internet, Adicción a las Redes Sociales, Dependencia al Móvil y su influencia sobre la Procrastinación Académica en una muestra de Adolescentes de la ciudad de Juliaca-2019* [Tesis de licenciatura; Universidad Peruana Unión]. Repositorio institucional de la Universidad Privada Unión

[https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/2132/Dalia\\_Tesis\\_Licenciatura\\_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/2132/Dalia_Tesis_Licenciatura_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- Díaz, V. (2009). *Metodología de la investigación Científica y bioestadística para profesionales y estudiantes de Ciencias Médicas*. Ril Editores.
- Di Fabio, A. (2006). Decisional procrastination correlates: personality traits, self-esteem or perception of cognitive failure? *International Journal for Educational and Vocational Guidance* 6(2). Doi: 10.1007/s10775-006-9000-9
- Domínguez, S., Villegas, G. y Centeno, S. (2014). Procrastinación académica: validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. *Liberabit*, 20(2). <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n2/a10v20n2>
- Ellis, A. y Knaus, W. (1977). *Overcoming procrastination*. Institute for Rational-Emotive Therapy
- Escorra, M. y Salas, E. (2014). Construcción y validación inicial del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS). *Liberabit*, 20(1). <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n1/a07v20n1.pdf>
- Fernández, F. (2013). *Archivos, bibliotecas, redes sociales, blogs, Twitter. Tecnologías de la información al servicio del historiador modernista en la Web 2.0*. Zaragoza: Institución Fernando el Católico, CSIC y Diputación de Zaragoza.
- Fernández, N. (2013). Trastornos de conducta y redes sociales en internet. *Sistema de información científica*, 36(1), 521-527. <http://www.redalyc.org/html/582/58229682010/>
- Ferrari, J. (1991). Cogniciones perfeccionismo con no clínica y clínica de comportamiento social y de la personalidad. *Revista de la Salud*, 4(10). [https://www.academia.edu/28724492/Dialnet\\_ProcrastinacionYCaracteristicasDemograficasAsociadas](https://www.academia.edu/28724492/Dialnet_ProcrastinacionYCaracteristicasDemograficasAsociadas)
- Ferrari, J. y Emmons, W. (1995). *La dilación y la tarea avance*. Plenum Press.

- Ferrari, J. y Tice, D. (2007). Perceptions of self-autoconcept and self presentation by procrastinators: Further evidence. *The Spanish Journal Psychology*, 1(7). <https://core.ac.uk/download/pdf/38810392.pdf>
- Flores, J., Acuña, J. y Velásquez, B. (2019). Procrastinación académica y uso de redes sociales virtuales en estudiantes universitarios. *XV Congreso Nacional de Investigación Educativa*. [https://www.researchgate.net/publication/339274650\\_Procrastinacion\\_academica\\_y\\_uso\\_de\\_redes\\_sociales\\_virtuales\\_en\\_estudiantes\\_universitarios](https://www.researchgate.net/publication/339274650_Procrastinacion_academica_y_uso_de_redes_sociales_virtuales_en_estudiantes_universitarios)
- Furlan, L., Heredia, D., Piemontesi, S. y Tuckman, B. (2012, noviembre). Análisis factorial confirmatorio de la adaptación argentina de la escala de procrastinación de Tuckman (ATPS). *Perspectivas en Psicología*, 9(1). [https://www.researchgate.net/publication/258513684\\_Analisis\\_factorial\\_confirmatorio\\_de\\_la\\_adaptacion\\_argentina\\_de\\_la\\_escalade\\_procrastinacion\\_de\\_Tuckman\\_ATPS](https://www.researchgate.net/publication/258513684_Analisis_factorial_confirmatorio_de_la_adaptacion_argentina_de_la_escalade_procrastinacion_de_Tuckman_ATPS)
- Gafni, R. y Geri, N. (2010). Time management: Procrastination tendency in individual and collaborative tasks. *Interdisciplinary Journal of Information, Knowledge, and Management*, 5(1). <http://www.ijikm.org/Volume5/IJIKMv5p115-125Gafni448.pdf>.
- García, C., Navarrete, M. y Ancona, M. (2013). *Las comunidades de aprendizaje y redes sociales en las universidades*. Eticanet.
- García, F., Alfaro, E., Hernández, M. y Molina A. (2006). Diseño de Cuestionarios para la recogida de información: metodología y limitaciones. *Revista Clínica de Medicina de Familia*, 1(5), 232-236. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=169617616006>
- George, D. y Mallery, P. (2003). *Spss for Windows step by step: A Simple Guide and Reference*. (4. ed). Allyn & Bacon.
- González-Brignardello, M. y Sánchez, A. (2013). ¿Puede amortiguar el engagement los efectos nocivos de la procrastinación académica? [Can Engagement buffer

the harmful effects of Academic Procrastination?]. *Acción Psicológica*, 10(1).  
<http://dx.doi.org/10.5944/ap.10.1.7039>

Griffiths, M. (2005). A component model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10(4).  
doi:10.1080/14659890500114359

Griffiths, M., Kuss, D. & Demetrovics, Z. (2014). Social networking addiction: An overview and preliminary findings. En K. P. Rosenberg & L. C. Feder (Eds.), *Behavioral addictions*. Criteria, evidence, and treatment (pp. 119-141). Elsevier-Academic Press.

Grimaldo, M. (2019). *Autoestima y adicción a redes sociales en estudiantes de 3er a 5to de secundaria de una institución educativa pública de Villa el Salvador* [Tesis de licenciatura; Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio institucional de la Universidad Autónoma del Perú  
<http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/905/1/Grimaldo%20Garcia%2C%20Margarita%20Isabel.pdf>

Guillén, O. (2019). Uso de redes sociales por estudiantes de pregrado de una facultad de medicina en Lima, Perú. *Revista médica herediana*, 30(2), 94-99.  
Doi: <https://doi.org/10.20453/rmh.v30i2.3550>

Hawe, P., Webster, C. y Shiell, A. (2004). A glossary of terms for navigating the field of social network analysis. *Journal Epidemiology Community Health*, 58(12). Doi: 10.1136/jech.2003.014530

Hernández, R., Fernandez, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6ta Ed.). McGraw Hill.

Hernández, K., Yanez, J. y Carrera, A. (2017). Las redes sociales y adolescencias. Repercusión en la actividad física. *Revista universidad y sociedad*, 9(2), 242-247. <http://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus>

Ipsos. (18 de Marzo de 2020). *Redes sociales en el Perú Urbano*. Ipsos sitio web: <https://www.ipsos.com/es-pe/redes-sociales-en-el-peru-urbano>



- Islas, C. y Carranza, M. (2012). Uso de las redes sociales como estrategias de aprendizaje ¿Transformación educativa?. *Revista de Innovación Educativa*, 3(2),  
<http://www.udgvirtual.udg.mx/apertura/index.php/apertura3/article/view/198/2>  
 13
- Kerlinger, F. y Lee, H. (2002). *Investigación del comportamiento. Métodos de Investigación en las ciencias sociales*. McGraw-Hill.
- Knaus, W. (2000). Procrastination, blame, and change. *Journal of Social Behavior y Personality*, 15(5).  
[https://www.researchgate.net/publication/285743380\\_Procrastination\\_Blame\\_and\\_Change](https://www.researchgate.net/publication/285743380_Procrastination_Blame_and_Change)
- Klassen, R., Krawch, L., Lynch, L. y Rajan, S. (2007). Procrastinación académica de los estudiantes: Baja autoeficacia para autorregularse predice los niveles más altos de la dilación. *Psicología de la Educación Contemporánea*, 5(08).  
<http://revistas.usil.edu.pe/index.php/pyr/article/viewFile/29/112>
- Kuhl, J. (2000). *A functional-design approach to motivation and selfregulation: The dynamics of personality systems interactions*. Handbook of selfregulation.
- Lafuente, C. y Marín, A. (2008). Metodologías de la investigación en las ciencias sociales: Fases, fuentes y selección de técnicas. *Revista Escuela de Administración de Negocios*, 64, 5-18.  
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=20612981002>
- Lázaro, L. (2003). L'accés a les fonts a la història de l'educació a través de les noves tecnologies de la informació. Educació Història. *Revista d'història de l'educació*, 6(1).  
<file:///C:/Users/Usuario/Downloads/14905-Texto%20del%20art%C3%ADculo-52185-2-10-20161122.pdf>
- Lirio, I. (2011). Procrastinar el arte de postergar.  
[http://www.procrastinación.org/index.php?option=com\\_content&view](http://www.procrastinación.org/index.php?option=com_content&view)
- Lozares, C. (2005). Valores, campos y capitales sociales. REDES. *Revista Hispana para el Análisis de Redes Sociales*, 4(2). <http://revistaredes.rediris.es>

- Madariaga, C., Abello, R. y Sierra, O. (2003). *Redes sociales: Infancia, familia y comunidad*. Ediciones Uninorte.
- Mamani, A. y Gonzáles, D. (2019). *Adicción a redes sociales y su relación con la procrastinación académica en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Privada en Lima-Este* [Tesis de Licenciatura; Universidad Peruana Unión]. Repositorio institucional de la Universidad Peruana Unión  
[https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/1697/Ana\\_Tesis\\_Licenciatura\\_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/1697/Ana_Tesis_Licenciatura_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- McCown, W., Ferrari, J. y Johnson, J. (1991). Dilación rasgo en los hijos adultos autodenominados de bebedores excesivos: Un estudio exploratorio. *Revista de Personalidad y Conducta Social*, 4(6).
- Medrano, J., López, F. y Díaz, R. (2017). Conducta adictiva a las redes sociales y su relación con el uso problemático del móvil. *Acta de Investigación Psicológica*, 7(3), 2832-2838.  
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=358954155010>
- Mejía, C. (2010). *Análisis de Redes Sociales a Gran Escala* [Tesis de Licenciatura no publicada]. Centro de investigación y de estudios avanzados del Instituto Politécnico Nacional: México.
- Ministerio de educación. (2019). *Estadística de la calidad educativa, servicios educativos*. <http://escale.minedu.gob.pe/padron-de-iiie>
- Núñez, R. y Cisneros, B. (2019) Adicción a Redes Sociales y Procrastinación Académica en Estudiantes Universitarios. *Nuevas Ideas en Informática Educativa*, 15, 114 – 120.  
[http://www.tise.cl/Volumen15/TISE2019/TISE\\_2019\\_paper\\_83.pdf](http://www.tise.cl/Volumen15/TISE2019/TISE_2019_paper_83.pdf)
- Núñez, A. (2014). *Uso de redes sociales virtuales y procrastinación académica en estudiantes de educación secundaria de las instituciones educativas de Comas* [Tesis de licenciatura; Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional de la Universidad César Vallejo

[http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/18011/Nu%c3%b1ez\\_VAP.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/18011/Nu%c3%b1ez_VAP.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

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

Payà, A. y Álvarez, P. (2012). *Pensar la educación desde las TIC y la recuperación del patrimonio educativo*. Madrid: Ministerio de Educación, Cultura y Deporte.

Payà, A. (2012). *Historia de la educación 2.0: las TIC al servicio de la docencia y el aprendizaje en la Educación Superior*. Hergar Ediciones.

Raghavan, P. (2002). "Social networks: From the Web to the enterprise". *IEEE Internet Computing*, 6(1). <https://www.cs.cornell.edu/home/kleinber/link-pred.pdf>

Ramos, C., Jadán, J., Paredes, L., Bolaños, M, y Gómez, A. (2017). Procrastinación, adicción al internet y rendimiento académico de estudiantes universitarios ecuatorianos. *Estudios pedagógicos*, 43(3), 275-289. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052017000300016>

Salas, E., Copez, A., Merino, C. (2020). ¿Realmente es demasiado corto? Versión breve del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS-6). *Health and Addictions*, 20(2), 105-118.

Salas, E. y Escurra, M. (2017). Uso de redes sociales entre estudiantes universitarios limeños. *Revista Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 3(1), 75-90. <http://revistas.uigv.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/57>

Samper, M. (2004). Redes sociales y comunicación entre experimentadores campesinos en Puriscal, Costa Rica. *Revista de Ciencias Sociales*, 4(106). <https://www.redalyc.org/pdf/153/15310611.pdf>

- Steel, P. (2007). La naturaleza de la dilación. Una revisión meta-analítica y teórica de la insuficiencia de autorregulación por excelencia. *Psychological Bulletin*, 3(3). <https://www.redalyc.org/pdf/4676/467646127006.pdf>
- Trujillo, K. y Noé, M. (2020). La Escala de Procrastinación Académica (EPA): validez y confiabilidad en una muestra de estudiantes peruanos. *Revista de Psicología y Educación*, 15(1), 98-107. <https://doi.org/10.23923/rpye2020.01.189>
- We are social & Hootsuite. (2020). *Digital 2020 Global Digital Overview*. Juanmejia sitio web: <https://www.juanmejia.com/wp-content/uploads/2020/02/Digital-2020-WeAreSocial-y-HootSuite.pdf>

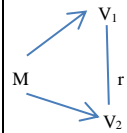
## ANEXOS

### Anexo 1. Matriz de consistencia

TÍTULO: Uso de redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES				
<p><b>PROBLEMA PRINCIPAL:</b> ¿Cuál es la relación entre uso de redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020?</p> <p><b>PROBLEMAS SECUNDARIOS:</b></p> <p>1. ¿Cuál es la relación entre uso de redes sociales y aplazamiento en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020?</p> <p>2. ¿Cuál es la relación entre uso de redes sociales y autorregulación en estudiantes de</p>	<p><b>OBJETIVO GENERAL:</b> Determinar la relación entre uso de redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020.</p> <p><b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS:</b></p> <p>1. Establecer la relación entre uso de redes sociales y aplazamiento en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020.</p> <p>2. Establecer la relación entre uso de redes sociales y autorregulación en estudiantes de secundaria de la</p>	<p><b>HIPOTESIS GENERAL:</b> Existe correlación significativa directa entre uso de redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020.</p> <p><b>HIPOTESIS ESPECÍFICAS:</b></p> <p>1. Existe correlación significativa directa entre uso de redes sociales y aplazamiento en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020.</p> <p>2. Existe correlación significativa</p>	<b>Variable 1: Uso de redes sociales</b>				
			<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>	<b>Escala de valores</b>	<b>Nivel y Rango</b>
			Obsesión por las redes sociales	Constante atención a las redes sociales Tiempo desmedido en la navegación a distintas redes sociales.	2, 3, 5, 6, 7, 13, 15, 19, 22, 23.	(1) nunca (2) rara vez (3) algunas veces (4) casi siempre (5) siempre.	Bajo: 24 a 42 Medio: 43 a 78 Alto: 79 a 120
			Falta de control personal en el uso de las redes sociales	Descuido del desarrollo social y otras actividades por permanecer conectado.	4, 11, 12, 14, 20, 24.		
			Uso excesivo de redes sociales	Frecuencia elevada en el uso hacia las redes sociales.	1, 8, 9, 10, 16, 17, 18, 21.		
			<b>Variable 2: Procrastinación académica</b>				
			<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>	<b>Escala de valores</b>	<b>Niveles o rangos</b>
			Aplazamiento	Arraigo por dejar todo de último minuto Aversión a la lectura	1, 8, 16, 3 y 9.	Siempre (4) Casi siempre (3) A veces (2) Pocas veces (1) Nunca (0)	Bajo: 0 a 16 Medio 17 a 48 Alto: 49 a 64
			Autorregulación	Estudiar para un examen	2, 5, 11, 4 y 15, 7, 13 y 14.		

<p>secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020?</p> <p>3. ¿Cuáles son los niveles de uso de redes sociales en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020?</p> <p>4. ¿Cuáles son los niveles de procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020?</p>	<p>institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020.</p> <p>3. Identificar los niveles de uso de redes sociales en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020.</p> <p>4. Identificar los niveles de procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020.</p>	<p>inversa entre uso de redes sociales y autorregulación en estudiantes de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca - Comas, 2020.</p>	<p>Mantenerse al día con las lecturas asignadas Culminar los trabajos asignados lo más pronto posible Perfeccionismo</p>	<p>6, 10 y 12.</p>		
<p><b>Tipo y diseño de investigación</b></p>	<p><b>Población y muestra</b></p>	<p><b>Técnicas e instrumentos</b></p>	<p><b>Estadísticos a utilizar</b></p>			
<p><b>Tipo de investigación:</b> Básica <b>Alcance:</b> descriptivo correlacional <b>Diseño:</b> No experimental De corte transversal Cuantitativo</p>	<p><b>Población:</b> Estuvo representada por 364 estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la institución educativa pública 2022 Sinchi Roca del distrito de Comas, 2020</p>	<p><b>Variable 1: uso de redes sociales</b> <b>Técnica:</b> encuesta <b>Instrumento:</b> Cuestionario sobre el uso de redes sociales (ARS) Autores: Ecurra y Salas Año: 2014 Número de ítems: 24 Número de dimensiones: 3 Ámbito de aplicación: Clínica y educativa Forma de aplicación: individual y/o colectiva</p> <p><b>Variable 2: procrastinación académica</b></p>	<p><b>Descriptivo:</b> Frecuencias, porcentajes y tablas de contingencia.</p> <p><b>Prueba de hipótesis:</b> Se estableció el parámetro o nivel de significancia <math>p &lt; .05</math>, para la aceptación de la hipótesis planteada y el rechazo de la hipótesis nula (Akobeng, 2016).</p> <p><b>Inferencial:</b> Con el software SPSS 24, se realizará: Prueba Kolmogorov Smirnov, para la verificación de la distribución de los datos, Prueba no paramétrica de correlación Rho de Spearman para responder a los objetivos del estudio.</p>			



Correlacional directa

Dónde:

M: muestra

V<sub>1</sub>: Uso de redes sociales

V<sub>2</sub>: procrastinación académica

r: coeficiente de correlación

**Tamaño de muestra:**

187

**Tipo de muestreo:**

El muestreo utilizado fue el no probabilístico e intencional, caracterizado por ser un proceso no aleatorio, que persigue el cumplimiento de criterios de selección ajustado a las necesidades de la investigación, asimismo, contempló la participación de los sujetos con mayor accesibilidad frente al desarrollo del estudio.

**Técnica:** encuesta

**Instrumento:** Escala de Procrastinación Académica (EPA)

Autores: Busko

Año: 1998

Versión traducida: Álvarez (2010)

Número de ítems: 16

Número de dimensiones: 2

Ámbito de aplicación: Clínica y educativa

Forma de aplicación: individual y/o colectiva

## Anexo 2. Matriz de operacionalización de variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Uso de redes sociales	Conducta que efectúa una persona para acceder a plataformas digitales de socialización, las consecuencias negativas frente a esta conducta dependerán de la frecuencia en el uso que aplica la persona y las respuestas psicológicas adquiridas frente a ello (Griffiths et al., 2014).	Puntajes que se han hallado luego de aplicar el Cuestionario sobre el uso de redes sociales (ARS; Escurra & Salas, 2014).	Obsesión por las redes sociales  Falta de control personal en el uso de las redes sociales  Uso excesivo de redes sociales	Constante atención a las redes sociales Tiempo desmedido en la navegación a distintas redes sociales. Descuido del desarrollo social y otras actividades por permanecer conectado.  Frecuencia elevada en el uso hacia las redes sociales.	2, 3, 5, 6, 7, 13, 15, 19, 22, 23.  4, 11, 12, 14, 20, 24.  1, 8, 9, 10, 16, 17, 18, 21.	Ordinal
Procrastinación académica	Es toda acción de posponer o postergar el desarrollo de una tarea o la toma de decisiones, aunque se tenga el propósito de ejecutarlas, demorando su inicio e incluso pueden no llegar a realizarlas en absoluto (Busko, 1998).	Puntajes que se han hallado luego de aplicar la Escala de procrastinación académica (EPA; Busko, 1998) versión adaptada por (Álvarez, 2010).	Aplazamiento    Autorregulación	Arraigo por dejar todo de último minuto Aversión a la lectura  Estudiar para un examen Mantenerse al día con las lecturas asignadas Culminar los trabajos asignados lo más pronto posible Perfeccionismo	1, 8, 16, 3 y 9.  2, 5, 11, 4 y 15 7, 13 y 14. 6, 10 y 12.	Ordinal



### Anexo 3. Instrumentos de recolección de datos

#### Cuestionario sobre el uso de redes sociales (ARS)

Autores: Ecurra y Salas (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:

(N) nunca

(RV) rara vez

(AV) algunas veces

(CS) casi siempre

(S) siempre

N° ÍTEM	DESCRIPCIÓN	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)

Autores: Busko (1998)

Adaptado por: Álvarez (2010)

A continuación, se presentan 16 ítems referidos a la forma en cómo llevas tus actividades escolares, por favor contesta 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:

N° ÍTEM	ÍTEMS	Siempre (4)	Casi siempre (3)	A veces (2)	Pocas veces (1)	Nunca (0)
1	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.					
2	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.					
3	Cuando me asignan lecturas, las leo la noche anterior.					
4	Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de clase.					
5	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.					
6.	Asisto regularmente a clases.					
7	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.					
8	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.					
9	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan.					
10	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudios.					
11	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.					
12	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.					
13	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.					
14	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.					
15	Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy.					
16	Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea.					

#### **Anexo 4. Resultados del análisis de confiabilidad**

Se determinó la confiabilidad a través del método de consistencia interna, haciendo uso del estadístico Alfa de Cronbach, se practicó el análisis de la confiabilidad a una muestra piloto conformada por n=26 estudiantes con características similares a la muestra final de este estudio.

Tabla 8

*Análisis de confiabilidad del Cuestionario sobre el uso a redes sociales (ARS)*

Instrumento	Alfa de Cronbach	N de elementos
Cuestionario sobre el uso a redes sociales (ARS)	0.913	24

El valor de confiabilidad obtenido en el instrumento encargado de medir el uso de redes sociales, fue de 0.913, indicando una excelente confiabilidad en el instrumento (George & Mallery, 2003).

Tabla 9

*Análisis de confiabilidad de la Escala de Procrastinación Académica (EPA)*

Instrumento	Alfa de Cronbach	N de elementos
Escala de Procrastinación Académica (EPA)	0.737	16

El valor de confiabilidad hallado en el instrumento encargado de medir la procrastinación académica, fue de 0.737, indicando una buena confiabilidad en el instrumento (George & Mallery, 2003).