



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO
PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN
EDUCACIÓN

Procrastinación académica y estrés académico de estudiantes del
segundo año de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo, año
2022

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:
Maestra en Educación

AUTORA:

García Venegas, Verónica (orcid.org/0000-0002-5202-6937)

ASESORES:

Dr. Ramírez Ríos, Alejandro (orcid.org/0000-0003-0976-4974)

Dra. Rivera Zamudio, July Blanca (orcid.org/0000-0003-1528-4360)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Evaluación y Aprendizaje

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

LIMA – PERÚ

2023

Dedicatoria

El presente trabajo tiene como propósito revertir la problemática derivada de la procrastinación en el ámbito de la Escuela Técnico Superior de Suboficiales PNP; en tal sentido, dedico la presente investigación a mi amada Policía Nacional del Perú y a mis hermanos policías, como un aporte para cerrar las brechas de problemas académicos que se registran durante la formación de los en las escuelas de formación.

Agradecimiento

Gracias a Dios, quien fue mi principal apoyo durante este proceso. Gracias a la Universidad por haber permitido formarme en ella, a los docentes como testimonio de agradecimiento y reconocimiento por el imperante rol que desempeñan en la formación de ciudadanos con valores y visión de futuro sustentado en la educación.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

	Pág.
Dedicatoria	i
Agradecimiento	iii
ÍNDICE DE CONTENIDOS	iv
Resumen	vii
Abstract	viii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	5
III. METODOLOGÍA	17
3.1. Tipo y diseño de investigación	17
3.2. Variables y operacionalización	18
3.3. Población, muestra, muestreo, unidad de análisis	19
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	20
3.5. Procedimiento:	23
3.6. Método de análisis de datos:	23
3.7. Aspectos éticos:	24
IV. RESULTADOS	25
V. DISCUSIÓN	33
VI. CONCLUSIONES	38
VII. RECOMENDACIONES	39
REFERENCIAS	40
ANEXOS	50

ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
Tabla1. Tabla cruzada de procrastinación académica y estrés académico	24
Tabla2. Tabla cruzada de autorregulación académica y estrés académico	25
Tabla3. Tabla cruzada de postergación de las actividades y estrés académico	27
Tabla4. Correlación entre la procrastinación académica y el estrés académico	29
Tabla5. Correlación entre la autorregulación académica y el estrés académico	30
Tabla6. Correlación entre la postergación de las actividades y el estrés académico	31

ÍNDICE DE FIGURAS

	Pág.
Figura 1. Niveles de procrastinación académica y estrés académico	24
Figura 2. Niveles de autorregulación académica y estrés académico	26
Figura 3. Niveles de postergación de las actividades y estrés académico	27

Resumen

En la presente investigación se consideró como objetivo central determinar la relación entre ambas variables, a partir de ello la secuencia metodológica permitió establecer que el estudio sería de tipo básico, para lo cual se seguiría un diseño metodológico no experimental, de corte transversal y de subtipo correlacional. Se utilizaron como instrumentos de recolección de datos la Escala de Procrastinación Académica EPA de Ann Busko (1998) y el Inventario de Estrés Académico SISCO de Barraza (2006), ambos instrumentos son pruebas estandarizadas, sin embargo para fines del presente estudio se procedió a determinar su nivel de confiabilidad y el grado de validez mediante el criterio de juicio de expertos, estas pruebas que fueron suministradas a 156 estudiantes que constituyeron la muestra de investigación. El procesamiento estadístico fue descriptivo e inferencial, en el caso del contraste estadístico de las hipótesis se utilizó la prueba estadística no paramétrica Rho de Spearman que fue seleccionada después de haberse realizado la prueba de bondad de ajuste Kolmogorov Smirnov. Los resultados inferenciales indicaron que existe una relación directa y significativa entre la procrastinación académica y el estrés académico ($p=0,000$ y un coeficiente de correlación igual a 0.792).

Palabras clave: Procrastinación, estrés académico, autorregulación, estresores, afrontamiento.

Abstract

The present postgraduate thesis titled: Academic procrastination and academic stress of students of the second year of the Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo, year 2022, considered as a central objective to determine the relationship between both variables, from which the methodological sequence allowed to establish that the study would be of a basic type, for which a non-experimental methodological design would be followed, with a cross-sectional and correlational subtype. The EPA Academic Procrastination Scale by Ann Busko (1998) and the SISCO Academic Stress Inventory by Barraza (2006) were used as data collection instruments, both instruments are standardized tests, however, for the purposes of this study, it was determined their level of reliability and the degree of validity through the judgment of experts, these tests were given to 156 students who constituted the research sample. The statistical process was descriptive and inferential, in the case of the statistical contrast of the hypotheses the statistical test in the Rho parametric of Spearman was used that was selected after having carried out the test of goodness of fit Kolmogorov Smirnov. The inferential results indicate that there is a direct and significant relationship between academic procrastination and academic stress ($p=0.000$ and a correlation coefficient equal to 0.792).

Keywords: Procrastination, academic stress, self-regulation, stressors, confrontation.

INTRODUCCIÓN

La procrastinación académica PA se constituye en un problema de suma importancia en el ámbito educativo, actualmente ha atraído la atención de especialistas e investigadores no solo en la pedagogía sino también en la psicología educativa, particularmente asumiendo las consecuencias que puede ejercer en la concreción de aprendizajes y en el logro de ciertas competencias que el sistema educativo nacional establece.

A nivel internacional tenemos que no existen estadísticas exactas sobre la procrastinación, sin embargo, se estima que en países como México el 95% de la población es propensa a la procrastinación y de dicho porcentaje un 20% de procrastinadores lo serían frecuentemente (Vicente, 2020). Para el año 2002 en Canadá se estimó que el 60% de la población era propensa a procrastinar mientras que el 6% lo hacía frecuentemente (Correa, 2009). García y Silva (2019) citando diversos estudios previos indican que en los países anglosajones los estudiantes universitarios evidencian en alguna oportunidad conductas procrastinadoras con porcentajes que van entre un 80% a 95% de estudiantes evaluados, sin embargo, un 75% de dichos estudiantes se considera procrastinador, asimismo el 50% de estudiantes posterga las actividades académicas. En América latina se han registrado datos que indican la presencia de un 61% de procrastinadores y 20% de las personas evaluadas presentan procrastinación crónica.

A nivel nacional se tiene que ciertos estudios tales como el de Marquina, Gómez, Salas, Santibáñez y Rumiche (2016) Que establecieron los niveles y porcentaje de procrastinación de estudiantes universitario en la ciudad de Lima, es así que llegaron a identificar que el 97.12% de estudiantes realizan sus tareas precisamente ante de su entrega, el 37.7% de estudiantes evaluados regularmente realizan sus tareas en forma oportuna y con anticipación ya que fueron encargadas anteriormente, el 9.4% inician las tareas al poco tiempo de haber sido encomendadas, sin embargo el 5.5% indica que siempre dejan postergan para el día siguiente las tareas que puede realizar en ese momento.

En el caso específico de las alumnas de la Escuela Técnico Superior de la Policía Nacional del Perú, con sede en el distrito de San Bartolo, provincia de Lima, se tiene que atraviesan por un proceso de formación cognitiva, física, mental y procedimental con la finalidad de llegar a graduarse como Suboficiales de tercera de la PNP, en este proceso formativo se han observado una serie de situaciones que han sido diagnósticas en los documentos de gestión de la institución, como es el caso del PEI, se ha identificado que muchas estudiantes tienden a acumular las tareas para el último momento, aun cuando cuentan con espacios y el tiempo necesarios para desarrollar las tareas académicas, asimismo se observa que las estudiantes demuestran un alto entusiasmo en el desarrollo de los cursos de carácter práctico con presencia de ejercicios, tal es el caso de natación o deportes ya que consideran que son más relajantes ante la alta exigencia que establece la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional PNP San Bartolo, la exigencia propia del sistema de preparación para Suboficiales implica la presencia de una serie de manifestaciones de estrés académico EA tales como el nerviosismo que demuestran al ejecutar algunas actividades, el cansancio en el transcurso de las sesiones, la inquietud y tensión por la inmoderada presión formativa.

El presente estudio se justifica teóricamente considerando que los resultados de la investigación servirán para comprender la relación entre la procrastinación académica PA y el estrés académico EA, con lo cual se ampliarán los conocimientos sobre cada una de las variables. El análisis de cada una de las variables permitirá conocer, comprender y ampliar la definición de cada una de ellas, así como tener en cuenta las teorías asociadas y la definición de las dimensiones que las conforman, por lo cual el marco teórico del estudio enriquece la literatura académica brindando una visión global del objeto de estudio. En cuanto a la justificación práctica del presente estudio tenemos que una institución formativa que se rija por estrictos cánones propios de la visión y misión de la educación superior policial generará una serie de efectos en las estudiantes, entre ellos el EA que a su vez se puedan asociar con otro tipo de comportamiento tales como la procrastinación, en este sentido los resultados del

estudio permitirán planificar acciones que reduzcan los niveles de estrés académica y ayuden a las estudiantes superar la procrastinación que pueda afectar la formación superior.

En cuanto a la justificación metodológica tenemos que la presente tesis hará posible confirmar la validez y confiabilidad de las pruebas o herramientas para recolectar información, asimismo al seguir los lineamientos del enfoque cuantitativo se establecerá en forma inferencial la correlación entre las variables cuyos resultados pueden ser asumidos para posteriores investigaciones.

A partir de la situación descrita se formula el siguiente problema general de investigación: ¿Qué relación existe entre la PA y el EA en las estudiantes de segundo año de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo durante el año 2022? Los problemas específicos formulados vienen a ser: PE1 ¿Qué relación existe entre la autorregulación académica y el EA en las estudiantes de segundo año de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo durante el año 2022?; PE2: ¿Qué relación existe entre la postergación de actividades y el EA en las estudiantes de segundo año de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo durante el año 2022?

En cuanto al objetivo general del estudio busca determinar si existe relación entre la PA y el EA en las estudiantes de segundo año de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo durante el año 2022. Respecto a los objetivos específicos tenemos: O1: Analizar si existe relación entre la autorregulación académica y el EA en las estudiantes de segundo año de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo durante el año 2022; O2: Determinar si existe relación entre la postergación de actividades y el EA en las estudiantes de segundo año de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo durante el año 2022.

La hipótesis general propuesta establece que la PA se relaciona significativamente con el EA en las estudiantes de segundo año de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo durante el año 2022. En cuanto a las hipótesis específicas, estas vienen a ser: H1: Existe una relación significativa entre la

autorregulación académica y el EA en las estudiantes de segundo año de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo durante el año 2022; H2: Existe una relación significativa entre la postergación de actividades y el EA en las estudiantes de segundo año de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo durante el año 2022.

MARCO TEÓRICO

En investigaciones realizadas a nivel nacional se encontró a Sagástegui (2021), el propósito central de la investigación fue comprobar si la procrastinación, la autoestima y la personalidad se hallan relacionados. La investigación se enmarca en un enfoque cuantitativo, siguiendo los lineamientos del diseño no experimental transversal correlacional, el estudio fue de tipo básico. Un total de 206 estudiantes conformaron la muestra de estudio, respecto a las técnicas se utilizó la encuesta, para el recojo de datos los instrumentos fueron la Escala de PA, la Escala de Autoestima de Rosenberg y el Cuestionario Breve de Personalidad. A partir de los resultados se llegó a determinar la PA no se asocia significativamente con la personalidad de los sujetos de muestra, además se concluyó que la PA y la autoestima se relacionan inversamente, además la PA mantiene una asociación inversa con el intelecto y responsabilidad de los estudiantes.

Bernal (2019) desarrolló un estudio por la Universidad San Ignacio de Loyola, con el objetivo general de conocer si la procrastinación se relaciona con el EA, por lo cual la tesis correspondió a un estudio cuantitativo, bajo un lineamiento de diseño correlacional transversal, un total de 156 estudiantes formaron parte de muestra de estudio, se les aplicó la escala de procrastinación académica EPA y el inventario SISCO de EA, los resultados indican que predomina el nivel medio de PA en los estudiantes, mientras que el nivel predominante en cuanto al EA es el moderado, respecto al análisis correlacional se halló que las dimensiones de ambas variables: autorregulación con estresores, síntomas del estrés y estrategias de afrontamiento, mientras que postergación de actividades se relaciona con estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento. Se llegó a concluir que las mujeres son más procrastinadoras que los hombres, a su vez demuestran mayor nivel de estrés que los varones.

Peceros (2020) en su tesis de maestría por la Universidad de San Martín de Porres desarrolló un estudio cuyo objetivo general buscó realizar un análisis de la relación que pudiera existir entre la PA, el EA y el bienestar psicológico,

fueron 184 estudiantes de educación superior quienes conformaron la muestra y fueron evaluados mediante la escala de PA y el inventario SISCO de EA, los resultados de correlación indicaron que existe una relación directa entre la procrastinación y el EA, además la regulación académica y la postergación de actividades se hallan relacionadas al bienestar psicológico, de igual forma las dimensiones de la procrastinación (regulación académica y postergación de actividades) se relacionan significativamente con las dimensiones del EA (estímulos estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento). Se concluyó que a mayor nivel de postergación académica mayor nivel de síntomas estresores, asimismo se concluye que la postergación de actividades se asocia a la indisciplina en estudiantes, la PA incide en el equilibrio y la planificación del alumno.

Gil y Botello (2018) desarrollaron una investigación con el propósito de determinar la existencia de relación entre la PA y la ansiedad en estudiantes universitarios cuyo número fue de 290 que a su vez fueron quienes conformaron la muestra, los instrumentos utilizados para medir las variables fueron las escalas de PA (EPA) y de autovaloración de ansiedad de Zung (EAA). Asimismo se concluyó que existe un mayor nivel de procrastinación en los varones en comparación con las mujeres, cuando los estudiantes postergan sus actividades académicas entonces esto conlleva a incrementar los niveles de ansiedad. La explicación para la postergación de actividades se encuentra en las siguientes razones: creencias asociadas a los insuficientes recursos, reacción negativa ante las exigencias de su entorno y la insuficiente energía para el inicio de las actividades lo que les genera síntomas fisiológicos de malestar. La postergación de las tareas incrementa la probabilidad de que se manifiesten reacciones fisiológicas asociadas al estrés debido a las exigencias académicas propias de la carrera profesional.

Belito (2020) en una tesis doctoral cuyo objetivo general fue determinar en qué medida influye la procrastinación en el nivel de estrés engagement académico de estudiantes de la universidad Federico Villareal, cuyo número fue de 181 que correspondió a la muestra, en el campo metodológico el estudio de

carácter sustantivo siguió un diseño no experimental de corte transeccional, los estudiantes fueron evaluados mediante el cuestionario de procrastinación Procrastination Assessment Scale-Students y el cuestionario de EA SISCO. Los resultados indican que el 12% de estudiantes presentan un nivel bajo de procrastinación, así como el 38.1% presentan un nivel promedio bajo, tal solo el 12.2% presenta un alto nivel de procrastinación; respecto a la variable EA se tiene que el 23.8% presenta un nivel agudo, en el estudio se concluyó que ambas variables inciden en el engagement académico y en sus dimensiones.

Respecto a los antecedentes tenemos que a nivel internacional Álvarez (2018) llevó a cabo un estudio sobre procrastinación en la ciudad de Guatemala, con la finalidad de evidenciar como afecta la procrastinación la autoestima en los jóvenes que cursan el bachillerato. Fueron 87 alumnos que constituyeron la muestra en similares condiciones, del cual las edades variaban entre los rangos de 16 a 18 años. Las herramientas empleadas durante estos estudios fue el Cuestionario de Procrastinación CP2015. Los resultados conllevaron a determinar que la procrastinación presentaba un nivel intermedio, además no existen diferencias entre edad y sexo de los estudiantes procrastinadores por lo tanto no se presentan diferencias entre los factores que conducen a que los estudiantes procrastinen, no se evidenciaron diferencias entre el grado de procrastinación presentado por estudiantes varones o mujeres. Así se confirma que no hay diferencias en las causas que conllevan a los alumnos a procrastinar, esto indica que las causas intrínsecas al igual que las extrínsecas son factores determinantes en la procrastinación.

En la ciudad de Durango en México, Barraza y Barraza (2019) desarrollaron un estudio cuyo objetivo buscó determinar si la PA y el EA se hallan relacionados, siendo los instrumentos la Escala de PA y el inventario SISCO que fueron suministrados a 300 estudiantes de educación media superior. A nivel de los resultados se halló que la postergación de actividades y la autorregulación académica se correlaciona con los estresores y con las estrategias de afrontamiento, de igual manera se halló que ambas variables se correlacionan con las dimensiones de la variable contraria, asimismo se halló que el EA no se

relaciona con la PA, llegando a concluir que existen niveles de relación y no relación entre las dimensiones y las variables de estudio, por lo cual es importante evaluar la procrastinación con diferentes instrumentos.

En la Facultad de Iztalaca, entidad de la Universidad Nacional de México, Camarillo, Morales y Rangel (2021) desarrollaron un estudio con el objetivo de identificar si el EA se relaciona con la procrastinación, fueron un total de 102 estudiantes de dicha facultad quienes conformaron la muestra de investigación, quienes fueron evaluados mediante el cuestionario EPA de Busko (1998) y el Inventario de SISCO para medir el EA. Entre los resultados se halló que la autorregulación no se correlaciona con los estresores, ni con las estrategias de afrontamiento, pero si se relaciona en forma inversa con las estrategias de afrontamiento; por otra parte, se relacionan positivamente la procrastinación y los estresores, finalmente se halló que la procrastinación se relaciona positivamente con el estrés.

Paucar (2021) en su tesis por la Universidad Central del Ecuador cuyo objetivo central fue hallar la relación entre la PA y atención plena en el caso de 100 estudiantes que conformaron la muestra de estudio con edades entre 17 a 21 años. Los instrumentos utilizados fueron la escala de procrastinación estudiantil (EPA) y la escala de atención plena para adolescentes (MAAS-A). Los resultados inferenciales demostraron que no existe correlación entre la atención plena y la PA, de igual forma se halló que existía una relación inversa entre la autorregulación y la postergación de actividades. Las conclusiones establecidas indican que no se evidenció un grado de relación entre las variables de investigación, el nivel de atención plena identificada presente un porcentaje promedio y alto, el nivel de procrastinación presentaba un porcentaje promedio y alto, al correlacionar las dimensiones de la PA y la escala de atención plena si se determinó que había una relación negativa entre ambos.

Altamirano y Rodríguez (2021) desarrollaron un estudio por la Universidad Técnica de Ambato en Ecuador cuyo objetivo buscó determinar cómo se relacionan la PA y la ansiedad en estudiantes de educación superior,

metodológicamente el estudio correspondió a un enfoque cuantitativo, siendo de tipo descriptivo correlacional transversal. Fueron un total de 50 estudiantes que conformaron la muestra de estudio y a quienes se les aplicaron como herramientas de recolección de datos la Escala de PA de Busko y la escala de valoración para la ansiedad de Hamilton. Los resultados evidencian que existe correlación significativa entre la ansiedad y las dimensiones de procrastinación: postergación y autorregulación; de igual forma se halló que los estudiantes de los primeros semestres postergaban menos las tareas en comparación con los estudiantes de los últimos semestres, de igual forma los estudiantes de primeros ciclos demuestran un mayor estado de autorregulación en comparación con los estudiantes de noveno semestre. Se concluyó que los estudiantes de los mayores semestres presentan mayor nivel de postergación de actividades y los estudiantes de menor semestre demuestran una mejor autorregulación, asimismo se concluye que existe una relación significativa entre la postergación de actividades y la ansiedad.

Respecto al tratamiento teórico de la variable PA se tiene que Veliz, Tarazona, Aliaga y Romero (2016) considera que la procrastinación es un fenómeno social que viene en crecimiento particularmente en las nuevas generaciones de estudiantes, siendo los factores condicionantes de tipo socioeconómico, familiares o provenientes de deficientes hábitos de estudio inclusive el efecto que poseen los medios de comunicación. García y Silva (2020) define a la procrastinación como un fenómeno que consiste en la dilación de actividades o en el descuido de las mismas por considerarlas desagradables o estresantes, existe la insuficiencia diligencia para dar inicio o desarrollar la tarea por lo cual esto va de la mano con sentimiento de nerviosismo o cansancio. Westgate et al. (2017) consideran que la procrastinación puede dividirse en la PA productiva, la PA no productiva, la procrastinación no académica y la procrastinación clásica.

Estrada et al. (2021) consideran que la procrastinación es una conducta usual en los estudiantes y tiene que ver con el retraso para dar inicio a la tarea, ahora dicho retraso no implica necesariamente incumplimiento, sino que la

ejecución de las actividades o tareas se lleva a cabo en contextos de estrés y ansiedad. Esta situación lleva a identificar la importancia del estudio considerando que su análisis en relación con la autoestima de los estudiantes nos permitirá construir propuestas de mejora a partir de las recomendaciones que se construyan en función a los resultados del estudio. Asimismo en el aspecto de justificación metodológica tenemos que el presente estudio hace posible la confirmación de los niveles de validez y el grado de confiabilidad de las herramientas utilizadas para obtener los datos.

La PA tiene influencia en el rendimiento académico teniendo efectos negativos, por lo cual puede contribuir a la eficacia del proceso educativo y a la permanencia de los estudiantes en una institución educativa, un estudiante procrastinador afectará su permanencia regular conllevando a la deserción generando mayores costos económicos afectando también su rendimiento y aprendizajes (Barraza y Barraza, 2018; Goroshit & Hen, 2021). De esta forma la PA se constituye en un problema que tiene que afrontar el estudiante, es una tendencia que retrasa el cumplimiento de las actividades de aprendizaje, estudios consideran que el autoconcepto académico y la autoeficacia académica permiten predecir la PA (Pichen-Fernández y Turpo, 2022). Al generar estos efectos la PA los estudios demuestran que se encuentra asociada a la ansiedad que presentan los estudiantes, por lo cual las acciones dilatorias en el cumplimiento de las tareas conllevan a variar los niveles de la ansiedad, además la procrastinación se asocia al EA por lo cual una forma de reducirlo es desarrollar la autorregulación, el autocontrol y la gestión del tiempo; por otro lado la PA tiene relación con la salud del estudiante, como es el caso de la procrastinación a la hora de acostarse, afectando el sueño generando un importante problema de salud (Estrada y Mamani, 2020; Magalhães et al., 2021; Estrada et al., 2022).

La PA también puede estar correlacionada con la relación que se establece entre el estudiante y su docente o supervisor, asimismo la autoeficacia académica y la adaptación del aprendizaje median esta relación (Wang et al., 2022). La PA se asocia al surgimiento de sentimientos de incomodidad de los

estudiantes pero que a su vez conlleva a que se incremente el deseo de cambiar ese hábito; por otra parte la PA se relaciona con el perfeccionismo orientado hacia uno mismo, hacia los demás y el perfeccionismo socialmente prescrito, estudios indican que existen una serie de razones asociadas al desarrollo de la PA como el caso de la aversión a la tarea, la gestión del tiempo, la pereza, la rebelión contra el control, la toma de decisiones y la falta de asertividad (Ghosh & Roy, 2017; Afzal & Jami, 2018; Hen & Goroshit, 2020).

Actualmente el uso y acceso permanente de los estudiantes a las tecnologías, a los mensajes y notificaciones orientan su atención desligándolos de las tareas académicas con lo cual la PA afecta el desempeño personal para alcanzar objetivos institucionales repercutiendo negativamente en el proceso formativo y en el desempeño estudiantil, esta situación se ha incrementado a razón de la pandemia COVID-19 debido a factores como el uso excesivo de la tecnología y los distractores online, es que el acceso constante a las clases virtuales pueden generar una serie de efectos como adicción a internet y a las redes sociales que ocasionan PA (Aznar, 2020; Velásquez, 2022; Corrales et al., 2022; Ramírez et al., 2021; Artega et al., 2022). Sin embargo, los estudios confirman que el caso contrario a la procrastinación que es el aplazamiento en la ejecución de acciones y deberes del proceso formativo sucede cuando el estudiante se involucra en dicho proceso formativo destinando la energía y el tiempo necesarios (Aspée, 2021).

La procrastinación se asocia a la autopercepción que tienen los estudiantes de sí mismos en el aspecto académico, la autorregulación se relaciona en forma directa con el uso de estrategias de afrontamiento debido a que produce nuevas posibilidades para el aprendizaje, la autorregulación académica permite superar la procrastinación generando beneficios académicos y mejorando la calidad de vida estudiantil (Chura et al., 2021; Garzón & Gil, 2017). La procrastinación posee tres importantes componentes: cognitivos, conductuales y afectivo-emocionales, el primero asociado a las excusas que justifican la postergación de las tareas, el conductual se relaciona a la distracción y la incoherencia entre lo que se propone realizar y lo que se termina haciendo

mientras que el último componente se asocia al fracaso en la actividad académica (Trujillo-Chumán y Noé-Grijalva, 2020). Otro importante factor que incide en el desarrollo de la PA viene a ser la participación en actividades extracurriculares, las cuales pueden contribuir a mejorar las calificaciones académicas (Clariana et al., 2017).

La procrastinación conlleva al retraso de las tareas generando incomodidad para los estudiantes, por lo cual es importante brindar consejería y orientación académica a los procrastinadores con el propósito de disminuir el bajo rendimiento (Garzón & Gil, 2017). Se tiene que la procrastinación afecta el desempeño no solamente personal, académico y laboral, en el caso de la PA se asocia a fenómenos como deficientes desempeños cuando se compara con otros estudiantes y se relaciona con un déficit de creatividad en las tareas producidas (Trías et al., 2020).

Entre las teorías que explican la procrastinación tenemos al modelo psicodinámico según el cual la procrastinación se debería al miedo al fracaso, a su vez este miedo responde a las relaciones familiares patológicas, por lo cual la conducta de los padres conllevan a maximizar la frustración y la reducción del nivel de autoestima del individuo, este enfoque teórico considera que la ansiedad tiene un papel fundamental, constituyéndose en una señal de alerta lo que empuja a expandir las defensas (Quant y Sánchez, 2012 citados por Luna, 2021). La teoría propuesta por Ellis y Knaus (1977) establece que la procrastinación es el resultado de creencias de carácter irracional (no sirvo para esta tarea, soy un tonto o no podré cambiar jamás) de las personas que se materializan con la autolimitación, autocrítica y pensamiento negativos de sí mismo conllevando a la ansiedad, depresión y falta de confianza en sí mismo por lo cual la procrastinación presenta cualidades básicas como la poca tolerancia a la frustración, la hostilidad y la autolimitación (Luna, 2021).

La primera dimensión de la procrastinación que se asumió para efectos del presente estudio viene a ser la autorregulación académica que se define como un proceso mediante el cual se controlan los pensamientos, acciones y

emociones recurriendo a estrategias planificadas e individuales para concretar objetivos, lo cual implica realizar un automonitoreo o establecer claramente las metas de aprendizaje, en ese sentido se asume que la autorregulación académica se constituye en una herramienta para seguir aprendiendo (Puya et al., 2022). En este sentido cuando se trata la definición de la procrastinación se relaciona con el fracaso o carencias en la autorregulación conduciendo al estudiante a dilatar el inicio o culminación de las tareas, por lo cual se entiende que el nivel de autoeficacia es bajo, la autorregulación también se concibe como una conducta intrapsicológica orientada a gestionar recursos individuales para concretar objetivos de aprendizaje, una habilidad mental que autodirige al estudiante académicamente, permitiendo que el estudiante supervise y controle su aprendizaje, por lo cual el estudiante que es autorregulado aporta en forma activa el cumplimiento de sus metas de aprendizaje (Atalaya y García, 2019; Ayala et al., 2020; Valdés y Pujol, 2021).

La segunda dimensión de la procrastinación es la postergación de las actividades, la cual se refiere al grado en que los estudiantes posponen las tareas reemplazándolas con tareas más placenteras y que no exijan mayor energía (Atalaya y García, 2019). La postergación de actividades tiende a aplazar una tarea, pero esta decisión se realiza en forma intencional, conllevando a que se dejen tareas incompletas sin mayor necesidad sustituyéndolas por otras actividades, esto ocasionará ansiedad y estrés afectando académicamente al estudiante (Ayala et al., 2020).

Palacios, Belito, Bernaola y Capcha (2020) toman la definición propuesta por la Organización Panamericana de la Salud (2016) según la cual el EA se refiere a un conjunto de situaciones propias del proceso formativo que el estudiante no controla y que puede generar una serie de enfermedades cardiovasculares, trastornos del sueño y de la conducta. Hernández (2020) citando a Barraza (2005) define al EA como aquella forma de estrés experimentada en un entorno educativo y que se produce a partir de estresores de actividades académicas. El EA es resultado de la interacción entre los

estímulos ambientales y la persona (aspectos sociodemográficos, reacciones y síntomas) por lo cual el estrés implica un desequilibrio entre ambas partes.

Álvarez y Cerrón (2020) tomando en consideración la definición de Barraza (2006) definen al EA como un proceso adaptativo y psicológico que se manifiesta en estudiantes cuando estos se encuentran ante demandas académicas que consideradas por ellos mismos como estresores, estos generan a su vez un desequilibrio o situación estresante lo cual lleva a una serie de síntomas, por lo cual este desequilibrio exige que el alumno utilice estrategias de afrontamiento con el propósito de recuperar el equilibrio. Córdova (2021) asume que entre las causas de dicho EA tenemos la carga académica de las actividades escolares, las exigencias de las áreas curriculares, la metodología de enseñanza desarrollada por cada docente, la rigidez de los horarios y el sistema de evaluación, mientras que a nivel familiar considera que los recursos económicos de la familia del educando, el tipo de hogar de procedencia y los estilos de crianza son influyentes del nivel de EA.

Palacio, Tobón, Toro y Vicuña (2018) respecto al EA consideran que es una sintomatología propia del estudiante en relación con el medio escolar, reacción a determinadas circunstancias y acciones que ejerce un individuo sobre otro, es un desequilibrio interno producido por la carencia de recursos para afrontar los retos llevan a la pérdida de equilibrio personal a nivel motriz, cognitivo y físico, lo que lleva a una reducción en el rendimiento académico, las experiencias propias del EA son el nerviosismo, el agotamiento, la ansiedad y el agobio. El estrés produce respuestas neuroendocrinas, emocionales, comportamentales e inmunológicas ante condiciones que exigen mayor capacidad adaptativa del organismo, el EA conlleva a que se presente un desequilibrio en los estudiantes como resultado de determinados síntomas, el entorno escolar se constituye en un ambiente estresante, de acuerdo con el nivel de enseñanza, los estudiantes de la educación superior son los más propensos a experimentar el EA a causa de las demandas excesivas propias de su proceso formativo (Ramírez, Reyes, Rojas y Fragoso, 2022).

Estudios demuestran que el EA se asocia a las emociones negativas y a la participación en actividades de ocio, por lo tanto, reduciendo el EA y la participación en actividades de ocio contribuyen a mejorar el EA (Zhang & Zheng, 2017). Es por ello que las líneas de investigación del EA se orientan a la esfera psicológica y a la sociológica, la primera considera que ciertas cualidades individuales hacen a los estudiantes más vulnerables al EA, la línea sociológica considera el impacto de las evaluaciones y exámenes en los niveles de EA (Banks & Smyth, 2015). Un factor reciente que ha influido en el EA ha sido el inicio de COVID-19, la interrupción en las clases afectó la rutina y el acceso a recursos necesarios para el bienestar general (Moawad, 2020; Scheffer et al., 2021). Existen factores que incrementan los niveles de EA como el caso de los eventos académicos, la sobrecarga de tareas, el nivel de exigencia y factores económicos, estos factores se constituyen en estresores que tienden a acumularse en ocasiones por el esfuerzo de alcanzar buenas calificaciones, sin embargo, los estudiantes también buscan soluciones para disminuir los efectos de dicho estrés (Alvarado et al., 2018; More et al., 2022).

La adicción a los teléfonos inteligentes se relaciona en forma directa al EA, asimismo dicho estrés se relaciona a la depresión de los estudiantes, lo que requiere una guía para el uso adecuado de la tecnología de los teléfonos inteligentes (Xu et al., 2019; Shen et al., 2021). El EA se asocia a las conductas de afrontamiento cultural y a la autoestima colectiva (Kuo et al., 2018). Asimismo, las investigaciones demostraron que el EA se asocia al rendimiento académico, pero en forma inversa, influyendo en dicha relación factores tales como la resiliencia psicológica, la creencia en el valor de la educación y la intensidad del EA (Ye et al., 2019). De esta forma el EA que experimentan los estudiantes puede producirse de forma descendente partiendo del estrés de la competencia académica, de las perspectivas académicas, de la carga académica, de las expectativas familiares, de los resultados del aprendizaje, del ambiente de aprendizaje y de las condiciones del aprendizaje (Gong, 2020). El autoconcepto mantiene una relación inversa con el EA, es decir a mayores niveles de EA se presenta un menor nivel de autoconcepto, las habilidades socioemocionales tienen incidencia decisiva en el EA en estudiantes de educación superior lo que

dificulta su rendimiento académico y su futuro desempeño profesional (García et al., 2021).

METODOLOGÍA

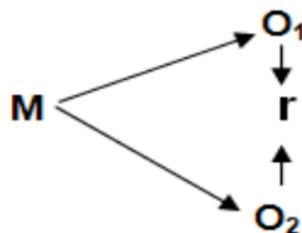
3.1. Tipo y diseño de investigación

3.1.1. Tipo de investigación:

La presente investigación fue de tipo básica, la cual es considerada también como investigación fundamental o pura caracterizada porque su principal aporte es la generación de conocimiento científico novedoso, teniendo como objetivo fundamental recoger información de determinado aspecto u objeto de la realidad, los resultados y conclusiones de estos estudios enriquecen el cuerpo del conocimiento científico, la labor del investigador se orienta a comprender un fenómeno, ser o proceso problemático de la realidad (Sánchez y Reyes, 2006).

3.1.2. Diseño de investigación:

Se consideró en el presente trabajo de investigación el diseño no experimental transeccional, descriptivo correlacional. Es definido como aquel diseño donde no realiza la manipulación intencionada de variables, tiene como objeto determinar el grado de correlación estadística entre dichas variables además se realiza la recolección de datos en una única oportunidad (Sánchez eta al., 2018). El esquema de este diseño es el siguiente:



Del esquema se desprenden los siguientes datos:

M viene a ser la muestra de estudio

O1 y O2 representan la observación de cada una de las variables

r significa la correlación entre las variables

3.2. Variables y operacionalización

Definición conceptual

Procrastinación académica:

Conducta que presentan los estudiantes, la cual se caracteriza el retraso o aplazamiento voluntario del desarrollo de sus tareas o trabajos de manera habitual, generando a su vez en ellos sensaciones de incomodidad y consecuencias poco agradables (Estrada, Gallegos y Huaypar, 2021, p. 58).

Indicadores: Preparación ante evaluaciones, momento de revisión de tareas, solución de problemas, hábitos de estudio, manejo de los tiempos para el desarrollo de actividades, dejar tareas para después, asistencia regular a clases, anticipar el cumplimiento de tareas, disfrute con el desarrollo de tareas.

Escala de medición: escala ordinal

Estrés académico:

Forma de estrés experimentada en un entorno educativo y que se produce a partir de estresores de actividades académicas. El estrés académico es resultado de la interacción entre los estímulos ambientales y la persona (aspectos sociodemográficos, reacciones y síntomas) por lo cual el estrés implica un desequilibrio entre ambas partes (Barraza (2005 citado por Hernández, 2020).

Indicadores: Demandas al individuo, competencia con los compañeros, tipo de tarea, participación en clase, reacciones físicas, reacciones psicológicas, reacciones conductuales, habilidad asertiva, planificación, auto reconocimiento, religiosidad.

Escala de medición: escala ordinal

Definición operacional

Procrastinación académica:

Variable que se medirá mediante la Escala de Procrastinación académica de Ann Busko (1998), conformada por 16 ítems con escala de Likert, ítems organizados en dos dimensiones: postergación de actividades y autorregulación académica.

Estrés académico:

Proceso adaptativo que se evalúa mediante el Inventario del EA SISCO conformado por 31 ítems organizados en 3 dimensiones bajo una escala dicotómica (si y no).

3.3. Población, muestra, muestreo, unidad de análisis

3.3.1. Población: Se define a la población como aquel conjunto que abarca una serie de elementos que presentan cualidades comunes, es decir viene a ser el total de elementos o casos, pueden ser objetos, individuos que tienen en común ciertas características y que se hallan involucrados con la hipótesis de investigación (Sánchez, Reyes y Mejía, 2018). La población equivale a un total de 260 estudiantes.

Criterios de inclusión: Estudiantes del sexo femenino, estudiantes matriculadas en el segundo año de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo, estudiantes que asisten con regularidad y que autoricen su participación en el estudio.

Criterios de exclusión: Estudiantes de otros años de estudio, que se encuentren con permiso por salud, que no asistan con regularidad y que no autoricen participar en la investigación.

3.3.2. Muestra: Se puede definir a la muestra como un subgrupo que se desprende de la población que presenta características importantes para la recolección de datos, debe presentar características representativas en función a la población a fin de ampliar los hallazgos al total de la población (Hernández, et al, 2013, p. 120). Considerando que la población es finita, que las variables son cualitativas y que la población se encuentra organizada por estratos (secciones), entonces un total de 156 estudiantes del segundo año de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo fueron quienes conformaron la muestra de estudio

3.3.3. Muestreo: Considerando la dimensión muestral, la técnica de muestreo que se escogió para seleccionar a los sujetos de estudio fue el muestreo probabilístico aleatorio. El muestreo probabilístico es aquel en el cual se utiliza el cálculo de probabilidades para elegir a los sujetos de la muestra (Sánchez et al., 2018).

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnicas de recolección de los datos

Para la recolección de datos se procedió a utilizar la técnica de la encuesta, la misma que se define como aquel proceso de medición que usa un instrumento de medición denominado cuestionario y se caracteriza por su alta estructuración (Noreña, 2020). Los instrumentos de recojo de datos que se utilizó en el presente estudio fueron la escala de PA y el inventario del EA, en el caso del primer instrumento la escala fue de Likert, la cual se define como una escala de medición de opiniones de tipo psicométrica politómica de amplio uso en encuestas (Sánchez et al., 2018).

Ficha técnica del instrumento que mide la PA.

Nombre : Escala de Procrastinación Académica EPA
Autor : Deborah Ann Busko
Año : 1998
Adaptación : Álvarez (2010) - Domínguez, Villegas y Centeno (2014)
Tiempo : 15 minutos aproximadamente
Escala : Likert (nunca, casi nunca, a veces, casi siempre, siempre)
Población : Adolescentes y adultos (13 a 40 años)
Número de ítems: 16 reactivos (original) – 12 reactivos (adaptado en Perú)
Aplicación : Individual y colectiva
Objetivo : Evaluar el nivel de procrastinación de adolescentes y adultos en un entorno académico.
Estructura : Instrumento de medición de la procrastinación conformada por 12 ítems organizados en dos dimensiones: Autorregulación académica y postergación de actividades. La adaptación en Perú conllevó a determinar su nivel de confiabilidad interna, cuyo valor alfa fue igual a 0.816 mientras que la fiabilidad de sus dimensiones fue igual a 0,821 y 0,752 lo que indica un alto nivel de confiabilidad. Respecto a los baremos y calificación se tiene que la puntuación presenta variaciones que van de 1 a 80 puntos, a mayor puntuación mayor será el nivel de procrastinación.

Ficha técnica del instrumento que mide el EA.

Nombre : Inventario del EA SISCO
Autor : Arturo Barraza
Año : 2006
Adaptación : Ancajima Lourdes (2017) en Perú
Tiempo : 25 minutos aproximadamente
Escala : Likert (Nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre)
Población : Adolescentes y adultos (13 a 40 años)
Número de ítems: 31 ítems

Aplicación : Individual y colectiva
Objetivo : Medir el EA en estudiantes adolescentes, jóvenes y adultos.
Estructura : El instrumento se encuentra conformado por 31 ítems que a su vez están organizados en tres dimensiones:
Un ítem de filtro
Un ítem que permite identificar el nivel de intensidad del EA
Estrésores – 8 ítems
Síntomas – 15 ítems
Estrategias de afrontamiento – 6 ítems

Validación.

La validez de un instrumento se define como una característica que se constituye en un requisito ya que hace posible que mediante la aplicación de un instrumento se evalúe realmente a las variables que se buscaban evaluar, la validez puede recibir influencia de una serie de factores como el mínimo conocimiento de los sujetos de estudio o una aplicación improvisada de los instrumentos (Hernández y Mendoza, 2018). En la presente tesis se determinó el grado de validez de los instrumentos recurriendo al juicio de expertos, aun cuando ambos instrumentos eran pruebas estandarizadas y de amplio conocimiento en el campo de investigación de la procrastinación y el EA. Los resultados del proceso de validación por juicio de expertos señalan que ambos instrumentos son aplicables (ver Anexo).

Confiabilidad.

Característica de los instrumentos de medición en investigación se refiere al grado de igualdad en los resultados conseguidos por un instrumento al ser empleado y suministrado en varias oportunidades a los mismos integrantes de la muestra o población de estudio (Hernández y Mendoza, 2018). En la presente tesis a pesar de que ambas pruebas eran estandarizadas se ha procedido a determinar su grado de confiabilidad, para lo cual se utilizó el

estadístico Alfa de Cronbach. Los resultados indican que ambos instrumentos presentan alta confiabilidad (ver Anexo).

3.5. Procedimiento:

El procedimiento metodológico abarcó los siguientes aspectos: En primer lugar se solicitó la correspondiente autorización a la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo para el desarrollo de la investigación, asimismo se indicó a las estudiantes de segundo año el propósito del estudio antes de brindarles los instrumentos para su desarrollo. Previamente se determinó la validez y confiabilidad de los instrumentos de recolección de datos para lo cual se aplicó una prueba piloto a 20 estudiantes. Seguidamente se aplicaron ambas pruebas al mismo tiempo, una vez recolectadas las pruebas de evaluación se procedió a la tabulación de los datos haciendo uso de una plantilla en Excel agrupando los datos de acuerdo a las dimensiones y a las variables según los baremos establecidos. Dichos datos se trasladaron al programa estadísticos SPSS para su procesamiento descriptivo e inferencial.

3.6. Método de análisis de datos:

Análisis descriptivo.

Se procedió a realizar el análisis de los datos recurriendo al programa estadístico SPSS versión 22, considerando los objetivos de investigación se realizaron las tablas cruzadas de frecuencia, las figuras y sus respectivas interpretaciones, todo ello a partir de los datos agrupados y tabulados en la plantilla de Excel, el análisis descriptivo implica llevar a cabo descripciones de las variables de estudio a partir de sus propiedades con fines de diagnóstico (Sánchez et al., 2018).

Análisis inferencial.

El correspondiente análisis inferencial se desarrolló a través de una prueba de hipótesis, el estadístico seleccionado fue el coeficiente Rho de Spearman, prueba que fue elegida debido a que las variables fueron de tipo cualitativas ordinales así como el objetivo general buscó hallar la relación entre las variables; de acuerdo con (Hernández y Mendoza, 2018) el coeficiente Rho de Spearman viene a ser una medida de correlación aplicable para el caso en que ambas variables sean de medición ordinal, asimismo dicha prueba es no paramétrica.

3.7. Aspectos éticos:

En el plano de la ética se recurrió a la Resolución de Consejo Universitario N° 0126-2017/UCV dicho documento normativo estableció el Código de Ética en Investigación de la UCV, a partir de este documento se seleccionaron los principios generales establecidos, el primer principio asumido implica respetar la autonomía e integridad de las personas, este principio se asumió debido a los resultados permitirán orientar acciones de mejora en el sistema educativo. El segundo principio es la búsqueda del bienestar se puede observar en el hecho de que al establecer que la PA se relaciona con el EA se podrán establecer actividades que busquen reducir los niveles de procrastinación y EA de las estudiantes teniendo efectos altamente positivos en su proceso formativo. El principio de justicia se evidencia en el hecho de que los estudiantes serán tratados por igual en el proceso de investigación; otro principio es el de autonomía ya que no se obligará a las estudiantes a participar en el estudio sino se respetará su decisión de participar, finalmente se asume el principio de beneficencia se manifiesta en el hecho de que se solicitará la autorización respectiva y el consentimiento informado guardando el respeto a la intimidad de los estudiantes a través del manejo de los datos en forma anónima.

RESULTADOS

Análisis descriptivo.

Análisis descriptivo del objetivo general: Determinar si existe relación entre la PA y el EA en las estudiantes de segundo año de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo durante el año 2022.

Tabla 1

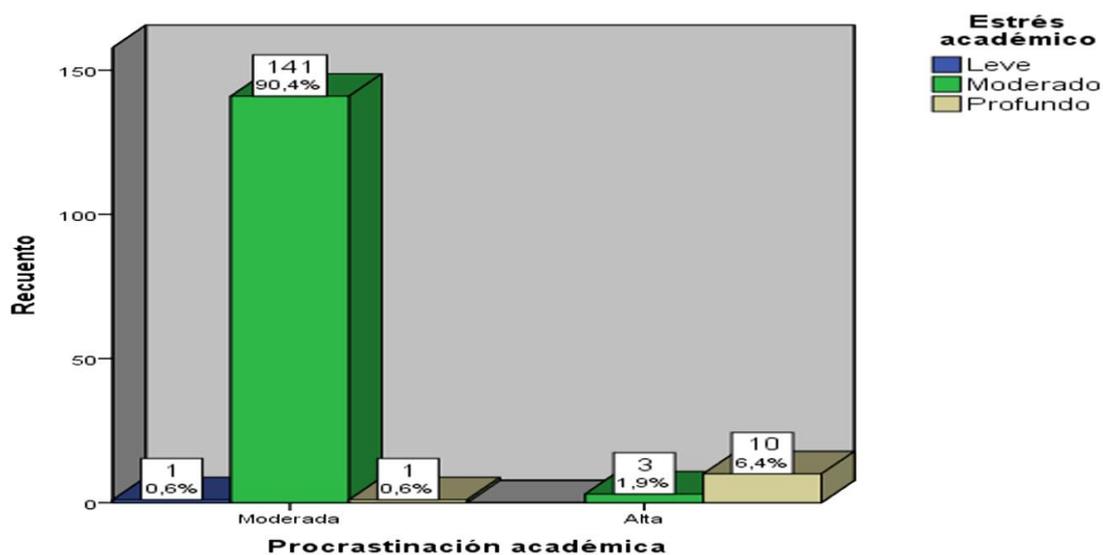
Tabla cruzada de PA y EA

			Estrés académico			Total
			Leve	Moderado	Profundo	
Procrastinación académica	Baja	Recuento	0	0	0	0
		% del total	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%
	Moderada	Recuento	1	141	1	143
		% del total	0,6%	90,4%	0,6%	91,7%
	Alta	Recuento	0	3	10	13
		% del total	0,0%	1,9%	6,4%	8,3%
Total		Recuento	1	144	11	156
		% del total	0,6%	92,3%	7,1%	100,0%

Nota: *Elaboración propia*

Figura 1.

Figura cruzada de los niveles de procrastinación académica y estrés académico



Fuente: elaboración propia

La tabla 1 y figura 1 presentan resultados descriptivos que indican que ninguna de las estudiantes encuestadas presenta un nivel bajo de PA. También se tiene que el 91,7% de estudiantes evaluadas muestran un nivel moderado de PA; de ellas, el 0,6% presentan un nivel leve de EA, el 90,4% de estudiantes evaluadas presentan un nivel moderado de EA y el 0,6% de ellas muestra un nivel profundo de EA. Además se observa que el 8,3% de las estudiantes evaluadas muestra un nivel alto de PA, de dicho porcentaje se tiene que el 1,9% de estudiantes evaluadas demuestra un nivel moderado de EA y un 6,4% de dichas estudiantes presenta un nivel profundo de EA. Finalmente, se puede concluir que del 100% de estudiantes evaluadas cualquiera sea su nivel de PA, el 0,6% presenta un nivel leve de EA, el 92,3% presenta un nivel moderado de EA y el 7,1% presenta un nivel profundo de EA.

Análisis descriptivo del primer objetivo específico: Analizar si existe relación entre la autorregulación académica y el EA en las estudiantes de segundo año de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo durante el año 2022.

Tabla 2

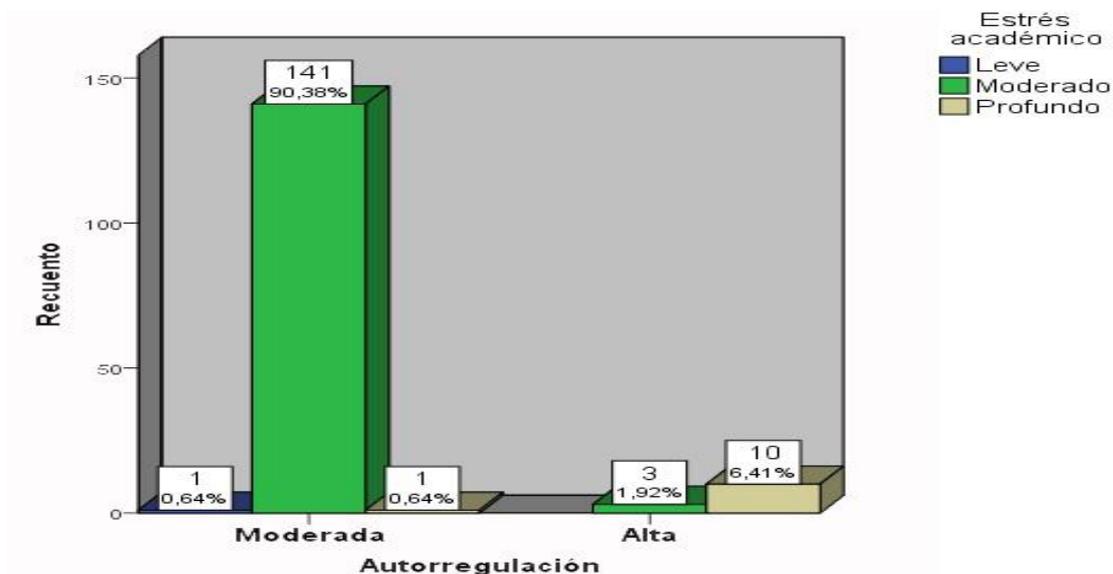
Tabla cruzada de autorregulación académica y estrés académico

			Estrés académico			Total
			Leve	Moderado	Profundo	
Autorregulación académica	Baja	Recuento	0	0	0	0
		% del total	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%
	Moderada	Recuento	1	141	1	143
		% del total	0,6%	90,4%	0,6%	91,7%
	Alta	Recuento	0	3	10	13
		% del total	0,0%	1,9%	6,4%	8,3%
Total	Recuento	1	144	11	156	
	% del total	0,6%	92,3%	7,1%	100,0%	

Nota: *Elaboración propia*

Figura 2.

Figura cruzada del nivel de autorregulación académica y estrés académico



Fuente: elaboración propia

La tabla 2 y figura 2 presentan resultados descriptivos los cuales indican que ninguna de las estudiantes encuestadas presenta un nivel bajo de autorregulación académica. Asimismo se tiene que el 91,7% de estudiantes evaluadas muestran un nivel moderado de autorregulación académica; de ellas, el 0,6% presentan un nivel leve de EA, el 90,4% de estudiantes evaluadas presentan un nivel moderado de EA y el 0,6% de ellas presenta un nivel profundo de EA. Además se observa que el 8,3% de las estudiantes evaluadas muestra un nivel alto de autorregulación académica, de dicho porcentaje se tiene que el 1,9% de estudiantes evaluadas presenta un nivel moderado de EA y un 6,4% de dichas estudiantes presenta un nivel profundo de EA. Finalmente, se puede concluir que del 100% de estudiantes evaluadas cualquiera sea su nivel de autorregulación académica, el 0,6% presenta un nivel leve de EA, el 92,3% presenta un nivel moderado de EA y el 7,1% presenta un nivel profundo de EA.

Análisis descriptivo del segundo objetivo específico: Determinar si existe relación entre la postergación de actividades y el EA en las estudiantes de segundo año de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo durante el año 2022.

Tabla 3

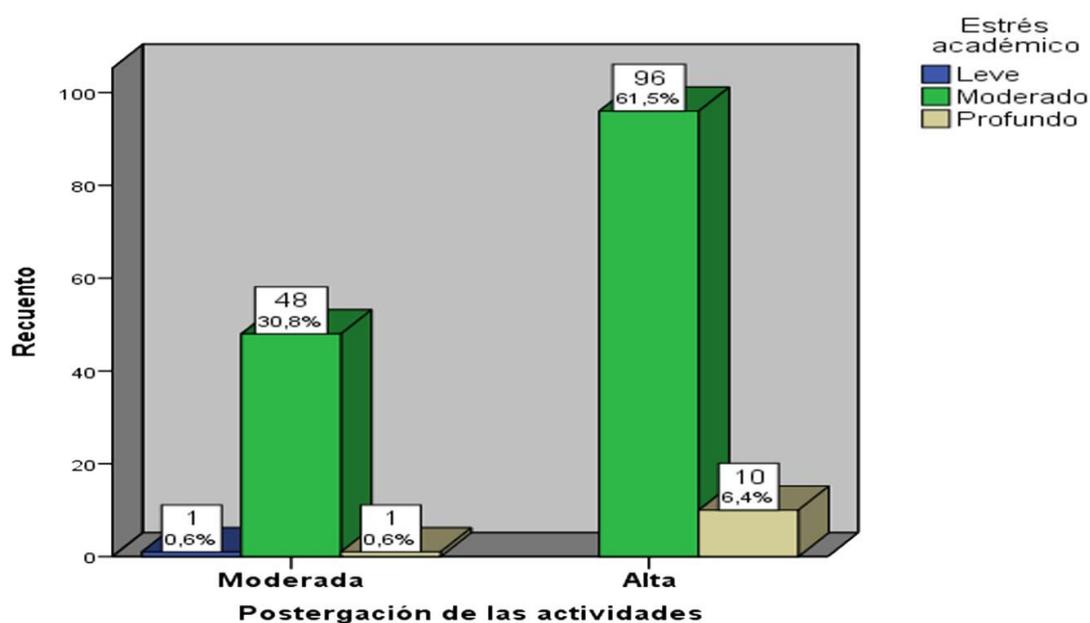
Tabla cruzada de postergación de las actividades y EA

			Estrés académico			Total
			Leve	Moderado	Profundo	
Postergación de las actividades	Baja	Recuento	0	0	0	0
		% del total	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%
	Moderada	Recuento	1	48	1	50
		% del total	0,6%	30,8%	0,6%	32,1%
	Alta	Recuento	0	96	10	106
		% del total	0,0%	61,5%	6,4%	67,9%
Total		Recuento	1	144	11	156
		% del total	0,6%	92,3%	7,1%	100,0%

Nota: *Elaboración propia*

Figura 3.

Figura cruzada del nivel de postergación de las actividades y estrés académico



Fuente: elaboración propia

La tabla 3 y figura 3 presentan resultados descriptivos según los cuales ninguna de las estudiantes encuestadas muestra un nivel bajo en cuanto a la postergación de las actividades. Asimismo, se tiene que el 32,1% de estudiantes evaluadas presentan un nivel moderado respecto a la postergación de las actividades; de ellas, el 0,6% presentan un nivel leve de EA, el 30,8% de estudiantes evaluadas presentan un nivel moderado de EA y el 0,6% de ellas presenta un nivel profundo de EA. Además, se observa que el 67,9% de las estudiantes evaluadas muestra un nivel alto respecto a la postergación de las actividades, de dicho porcentaje se tiene que el 61.5% de estudiantes evaluadas presenta un nivel moderado de EA y un 6,4% de dichas estudiantes presenta un nivel profundo de EA. Finalmente, se puede concluir que del 100% de estudiantes evaluadas cualquiera sea su nivel de postergación de las actividades, el 0,6% muestra un nivel leve de EA, el 92,3% presenta un nivel moderado de EA y el 7,1% presenta un nivel profundo de EA.

Análisis inferencial.

Prueba de hipótesis general.

H0: La PA no se relaciona significativamente con el EA en las estudiantes de segundo año de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo durante el año 2022.

H1: La PA se relaciona significativamente con el EA en las estudiantes de segundo año de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo durante el año 2022.

Tabla 4

Correlación entre la PA y el EA

		Procrastinación académica	Estrés académico	
Rho de Spearman	Procrastinación académica	Coefficiente de correlación	1,000	,792**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	156	156
	Estrés académico	Coefficiente de correlación	,792**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	156	156

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

La tabla 4 expone los resultados del análisis inferencial realizado a la hipótesis general resultando que el coeficiente de correlación fue igual a 0,792 lo cual indica la presencia de una correlación positiva directa alta entre las variables PA y EA a un nivel de significancia del 0,01 (1%). Asimismo, se tiene que el nivel de significancia bilateral fue igual a 0,000 el cual es menor al valor alfa de 0,05 ($0,000 < 0,05$), lo cual estadísticamente conlleva a rechazar la hipótesis nula y dar por aceptada la hipótesis alterna, con lo cual se concluye que la PA se relaciona en forma significativa con el EA de las estudiantes de segundo año de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo durante el año 2022.

Prueba de la primera hipótesis específica.

H0: No existe una relación significativa entre la autorregulación académica y el EA en las estudiantes de segundo año de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo durante el año 2022.

H1: Existe una relación significativa entre la autorregulación académica y el EA en las estudiantes de segundo año de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo durante el año 2022.

Tabla 5

Correlación entre la autorregulación académica y el EA

		Autorregulación académica	Estrés académico
Rho de Spearman	Autorregulación académica	1,000	,683**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	156
	Estrés académico	,683**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000
		N	156

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

La tabla 5 expone los resultados del análisis inferencial realizado a la primera hipótesis específica resultando que el coeficiente de correlación fue igual a 0,683 lo cual indica la presencia de una correlación positiva directa moderada entre la autorregulación académica y EA a un nivel de significancia del 0,01 (1%). Asimismo, se tiene que el nivel de significancia bilateral fue igual a 0,000 el cual es menor al valor alfa de 0,05 ($0,000 < 0,05$), lo cual estadísticamente conlleva a rechazar la hipótesis nula y dar por aceptada la hipótesis alterna, con lo cual se concluye que la autorregulación académica se relaciona en forma significativa con el EA de las estudiantes de segundo año de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo durante el año 2022.

Prueba de la segunda hipótesis específica.

H0: No existe una relación significativa entre la postergación de actividades y el EA en las estudiantes de segundo año de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo durante el año 2022.

H1: Existe una relación significativa entre la postergación de actividades y el EA en las estudiantes de segundo año de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo durante el año 2022.

Tabla 6

Correlación entre la postergación de las actividades y el EA

		Postergación de las actividades	Estrés académico	
Rho de Spearman	Postergación de las actividades	Coeficiente de correlación	1,000	,662**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	156	156
	Estrés académico	Coeficiente de correlación	,662**	1,000
	Sig. (bilateral)	,000	.	
	N	156	156	

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

La tabla 6 expone los resultados del análisis inferencial realizado a la segunda hipótesis específica resultando que el coeficiente de correlación fue igual a 0,662 lo cual indica la presencia de una correlación positiva directa moderada entre la postergación de las actividades y EA a un nivel de significancia del 0,01 (1%). Asimismo, se tiene que el nivel de significancia bilateral fue igual a 0,000 el cual es menor al valor alfa de 0,05 ($0,000 < 0,05$), lo cual estadísticamente conlleva a rechazar la hipótesis nula y dar por aceptada la hipótesis alterna, con lo cual se concluye que la postergación de las actividades se relaciona en forma significativa con el EA de las estudiantes de segundo año de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo durante el año 2022.

V. DISCUSIÓN

A razón de la pandemia COVID-19 se produjeron una serie de cambios en el sistema formativo tanto a nivel de educación básica regular como a nivel de la educación superior, ya sea en instituciones públicas o privadas, civiles o castrenses, es así que la implementación de la educación virtual ha generado una serie de efectos en los estudiantes

Se planteó como objetivo general determinar si existe relación entre la PA y el estrés académico en las estudiantes de segundo año de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo durante el año 2022, los resultados indican que en el caso de la PA predomina el nivel moderado con un 91,7% mientras que en el caso de la segunda variable se tiene que el nivel predominante en el estrés académico es el nivel moderado con un 92,3%. Estos resultados indican fehacientemente que el incremento en el nivel de la variable procrastinación genera un incremento en el nivel de estrés académico y viceversa, esto puede estar asociado al hecho de que un estudiante que pospone el desarrollo de las tareas por realizar otras acciones de menor o diferente importancia demuestre una serie de reacciones emocionales al momento de la presentación de las tareas, o en su defecto el destinar poco tiempo esto produce estrés en el contexto académico para el estudiante al verse bajo presión incrementa su nivel de ansiedad y con ello de estrés académico. Los datos acerca del nivel de PA hallados en el presente trabajo con concordantes con la investigación desarrollada por Bernal (2019) quien estableció que el nivel medio de PA predomina en el caso de los estudiantes universitarios con un 89,1%, mientras que para el caso del estrés académico encontró que predominaba el nivel moderado con un 84% de los estudiantes. Se refuerza el hallazgo con los resultados expuestos por el estudio de Gil y Botello (2018) quienes determinaron que el 39.5% de estudiantes evidencian PA; de igual forma Belito (2020) hallaron que el 38,1% de estudiantes presentaban un promedio bajo y el 37,6% presentaba un promedio alto de procrastinación, en el caso de la PA el nivel promedio es predominante con un 39,2%, asimismo en el caso del estrés académico predomina el nivel moderado con un 32,6%.

Respecto al primero objetivo específico se propuso analizar si existe relación entre la autorregulación académica y el estrés académico en las estudiantes de segundo año de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo durante el año 2022. De esta forma el análisis descriptivo demostró que el nivel predominante en el caso de la dimensión autorregulación académica es el nivel moderado con un 91,7% y para el caso de la variable estrés académico predomina también el nivel moderado con un 92,3%. Estos resultados coinciden con el estudio de Bernal (2019) quien llegó a concluir que se halló correlación estadística entre la autorregulación y el estrés académico, es más amplia en su estudio las correlacionales estableciendo que la autorregulación también se relaciona con las dimensiones del estrés académico. Estos resultados concuerdan con los resultados del estudio desarrollado por Camarillo et al. (2021) quienes encontraron que el nivel medio predominaba en el caso de la autorregulación con un 71,55%, de igual forma Altamirano y Rodríguez (2021) establecieron que en el caso de la dimensión autorregulación académica predomina un nivel promedio con el 48%. Respecto a la autorregulación académica como un proceso mediante el cual se controlan los pensamientos, acciones y emociones recurriendo a estrategias planificadas e individuales para concretar objetivos, lo cual implica realizar una automonitoreo o establecer claramente las metas de aprendizaje, en ese sentido se asume que la autorregulación académica se constituye en una herramienta para seguir aprendiendo (Puya et al., 2022). La autorregulación implica aquel comportamiento mediante el cual la persona tiene la capacidad de proponerse metas de aprendizaje, establecer actividades para concretar metas, monitorear en forma ordenada su desempeño durante la ejecución de dichas actividades, autoevaluarse permanentemente conforme a las metas propuestas, realizar los ajustes pertinentes de acuerdo a dichas metas, valorar finalmente los resultados (García et al., 2020). En este sentido se asume que la autorregulación de estudiante implica un nivel considerable de auto-exigencia personal con la finalidad de cumplir las etapas y procesos como son la planificación (análisis de la tarea y creencias automotivadoras), ejecución (auto-observación y auto-control) y auto-reflexión (Panadero y Tapia, 2014), es así que esta exigencia en

el contexto educativo generaría estrés académico en los estudiantes que buscan cumplir los objetivos propuestos en relación a los logros de aprendizaje.

Respecto al segundo objetivo específico se tiene que este buscó determinar si existe relación entre la postergación de actividades y el estrés académico en las estudiantes de segundo año de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo durante el año 2022; el análisis descriptivo de los datos permitió determinar que el nivel que predomina en cuanto a la dimensión postergación de actividades viene a ser el alto con un 67,9% frente al nivel moderado que predomina en el caso del estrés académico con un 92,3%. Estos resultados indican en primer lugar la existencia de una tendencia de asociación directa por lo cual a mayor nivel de postergación de las actividades estos se relaciona con el incremento del estrés académico, tal como lo establece Peceros (2020) en su investigación quien llega a concluir que a mayor postergación académica mayores serán los síntomas estresores que se hacen presentes en el estudiante. En cuanto a los resultados estos se ven confirmados por los hallazgos del estudio realizado por Altamirano y Rodríguez (2021) quienes encontraron que prepondera el nivel promedio de postergación de actividades con un 52%. Cabe precisar que la postergación de actividades es un importante componente de la procrastinación, sin embargo, tal como lo establece Mamani (2017) existe una diferencia entre la postergación intencional y la postergación negligente, para el caso de la procrastinación se refiere a la negligente que es aquella en la cual el estudiante atrasa el cumplimiento de las tareas por elegir realizar actividades insignificantes. La relación que se encontró entre la postergación de las actividades y el estrés académico puede explicarse considerando que necesariamente las actividades formativas deben de cumplirse y remitirse para evaluación lo que ocasiona estrés en el estudiante toda vez que la postergación conlleva al atraso, al incumplimiento o al cumplimiento defectuoso o erróneo de las actividades. El cumplimiento de los plazos es el desencadenante para que la postergación se asocie al estrés académico, ya que la postergación al ser entendida como el retraso voluntario e innecesario en el cumplimiento de diversas actividades al grado de realizarlas al final del plazo determinado para

su culminación, ocasionando como consecuencia malestar en el estudiante (Barraza y Barraza, 2019).

La hipótesis general afirmó que la procrastinación académica se relaciona significativamente con el estrés académico en las estudiantes de segundo año de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo durante el año 2022, esta hipótesis se confirmó con los resultados obtenidos de la prueba inferencial, teniendo un coeficiente de correlación igual a 0,792 y un nivel de significancia igual a 0,000. Estos resultados fueron concordantes con los hallazgos de Bernal (2019) quien halló que la procrastinación y el estrés académico se correlacionan significativamente, similares resultados fueron obtenidos por Hernández (2020), en su estudio Belito (2020) halló que el nivel de estrés académico y la procrastinación presentan incidencia en factores como el engagement académico; para Camarillo et al. (2021) los estresores no se correlacionan con la procrastinación, sin embargo Mamani (2017) en un estudio similar halló que la procrastinación se correlaciona con el nivel de ansiedad presente en los estudiantes. Los resultados de la presente investigación no son concordantes con la investigación de Barraza y Barraza (2019) quienes llegaron a concluir que el estrés académico no se correlaciona con la procrastinación académica. De esta manera encontramos que el nivel de estrés académico que presenta un estudiante durante su proceso formativo puede estar asociado a una serie de factores en forma directa e indirecta sin embargo en la procrastinación académica presenta una relación directa, esto implica que a mayor conducta procrastinadora mayor será el estrés demostrado por el estudiante en un contexto formativo.

La primera hipótesis específica expresó que existe una relación significativa entre la autorregulación académica y el estrés académico en las estudiantes de segundo año de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo durante el año 2022, la hipótesis fue confirmada por los resultados de la prueba de correlación Rho de Spearman según cuyos datos obtenidos el coeficiente de correlación fue igual a 0,683 mientras que el nivel de significancia fue igual a 0,000. Estos resultados coinciden con las conclusiones establecidas por Bernal

(2019), Peceros (2020), Barraza y Barraza (2019) y Altamirano y Rodríguez (2021) en cuyos casos se estableció que la autorregulación académica se asocia al estrés académico y a sus estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento. Sin embargo, también se tiene que los resultados son contrarios a las conclusiones de otras investigaciones, tal es el caso de Camarillo et al. (2021) quien concluye que la autorregulación no se correlaciona con el estrés académico.

La segunda hipótesis específica estableció que existe una relación significativa entre la postergación de actividades y el estrés académico en las estudiantes de segundo año de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo durante el año 2022. La hipótesis se confirmó mediante la prueba inferencial Rho de Spearman cuyo coeficiente de correlación fue igual a 0.662 mientras que el nivel de significancia fue igual a 0,000. En cuanto a la postergación de actividades se tiene que las investigaciones confirman los resultados de la presente investigación, es así que Bernal (2019), Peceros (2020), Gil y Botello (2018), Barraza y Barraza (2019) y Altamirano y Rodríguez (2021) quienes asumieron que a mayor nivel de postergación de actividades por parte de los estudiantes mayor será el nivel de estrés académico y ansiedad, la postergación de las tareas incrementa la probabilidad de que se manifiesten reacciones fisiológicas asociadas al estrés debido a las exigencias académicas.

VI. CONCLUSIONES

PRIMERO: El objetivo general buscó determinar la relación entre la procrastinación académica y el estrés académico, a partir del análisis descriptivo se halló que el 91,7% de estudiantes presentaban un nivel moderado de procrastinación académica frente a un 92,3% del nivel moderado de estrés académico, con estos datos se pudo confirmar la relación entre ambas variables, asimismo los resultados inferenciales (Coeficiente de correlación igual a 0,792 y sig igual a 0,000) permiten concluir que un incremento en el nivel de procrastinación se asocia al incremento del nivel de estrés académico que presentan las estudiantes.

SEGUNDO: El primer objetivo específico buscó analizar si la autorregulación académica se relaciona con el estrés académico, los resultados del análisis descriptivo indican que el nivel preponderante de autorregulación académica es el moderado con un 91,7% ante a un nivel moderado de estrés académico que predomina con un 92,3%, estos hallazgos confirman la relación entre ambos, asimismo los resultados inferenciales (Coeficiente de correlación igual a 0,683 y sig igual a 0,000) conllevan a concluir que la autorregulación académica se relaciona en forma significativa y directa con el nivel de estrés académico de las estudiantes.

TERCERO: El segundo objetivo específico buscó determinar si la postergación de actividades se relaciona con el estrés académico, los resultados del análisis descriptivo indican que el nivel predominante de la postergación de actividades es el alto con un 67,9% ante a un nivel moderado de estrés académico que predomina con un 92,3%, estos hallazgos indican una relación entre ambos, asimismo los resultados inferenciales (Coeficiente de correlación igual a 0,662 y sig igual a 0,000) conllevan a concluir que la postergación de las actividades se relaciona en forma significativa y directa con el nivel de estrés académico de las estudiantes.

VII. RECOMENDACIONES

PRIMERO: Se sugiere al órgano directivo de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo desarrollar periódicamente evaluaciones del nivel de estrés académico de las estudiantes con la finalidad de poder identificar los factores causales e intervenir mediante un plan de mejora institucional.

SEGUNDO: Se recomienda a las estudiantes de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo llevar a cabo una autoevaluación de la procrastinación a fin de poder establecer condiciones que busquen reducir los niveles de procrastinación identificados, considerando que en el presente estudio el nivel predominante es moderado. En este sentido se exhorta al órgano directivo de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo realizar un programa que reduzca tanto los niveles de procrastinación y del estrés académico.

TERCERO: Se exhorta a los investigadores desarrollar estudios de tipo causal con la intervención de un programa que busque reducir los niveles de procrastinación a fin de evaluar sus efectos en el nivel de estrés académico de los estudiantes del nivel superior. Posteriores investigadores deberían realizar un proceso de adecuación de los instrumentos de recolección de datos, considerando que las instituciones educativas no solo son civiles sino también de carácter castrense.

REFERENCIAS

- Afzal, S., & Jami, H. (2018). Prevalence of Academic Procrastination and Reasons for Academic Procrastination in University Students. *Journal of Behavioural Sciences*, 28(1), 51-69. <https://www.proquest.com/scholarly-journals/prevalence-academic-procrastination-reasons/docview/2124415980/se-2>
- Altamirano, C. y Rodríguez, M. (2021). Procrastinación académica y su relación con la ansiedad. *Revista Eugenio Espejo*, 15 (3), 16-24. DOI: <https://doi.org/10.37135/ee.04.12.03>
- Álvarez, K. y Cerrón, N. (2020). *Estrés académico y procrastinación en estudiantes de quinto de secundaria de instituciones educativas con jornada escolar completa de la provincia de Lircay-Huancavelica*. Tesis de grado. Universidad Continental. <https://hdl.handle.net/20.500.12394/8378>
- Álvarez, M. (2018). *Niveles de procrastinación de 4to y 5to bachillerato de un colegio privado en la ciudad de Guatemala*. Universidad Rafael Landívar. <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2018/05/42/Alvarez-Maria.pdf>
- Alvarado-García, P., Burmester, J., Soto-Vásquez, M. (2018). Efecto de un programa basado en la atención plena sobre los niveles de estrés académico de estudiantes universitarios. *Medicina Naturista*, 12(2), 35-39. www.scopus.com
- Arteaga, H., Quispe, N., Sánchez, K., Polin, J., Coronado, J., y Cjuno, J. (2022). Adicción a redes sociales y procrastinación académica en universitarios de la selva peruana. *Revista Eugenio Espejo*, 16(3), 4-12. DOI: <https://doi.org/10.37135/ee.04.15.02>
- Aspée, J., González, J. y Herrera, Y. (2021). Relación funcional entre procrastinación académica y compromiso en estudiantes de educación superior: una propuesta de análisis. *Perspectiva Educativa. Formación de Profesores*, 60(1), 4-22. DOI: <https://doi.org/10.4151/07189729-Vol.60-Iss.1-Art.1116>
- Atalaya, C., y García, L. (2019). Procrastinación: Revisión Teórica. *Revista de Investigación en Psicología*, 22(2), 363-378. DOI: <http://dx.doi.org/10.15381/rinvp.v22i2.17435>

- Ayala, A., Rodríguez, R., Villanueva, W., Hernández, M., y Campos, M. (2020). La procrastinación académica: teorías, elementos y modelos. *Revista Muro de la Investigación*, 5(2). DOI: <https://doi.org/10.17162/rmi.v5i2.1324>
- Aznar-Díaz, I., Romero-Rodríguez, J-M., García-González, A., & Ramírez-Montoya, M-S. (2020). Mexican and Spanish university students' Internet addiction and academic procrastination: Correlation and potential factors. *PLoS ONE* 15(5): e0233655. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0233655>
- Banks, J. & Smyth, E. (2015). 'Your whole life depends on it': academic stress and high-stakes testing in Ireland. *Journal of Youth Studies*, 18(5), 598-616. DOI: <https://doi.org/10.1080/13676261.2014.992317>
- Barraza, A. y Barraza, S. (2018). Evidencias de validez y confiabilidad de la escala de procrastinación académica en una población estudiantil mexicana. *Revista de Psicología y Ciencias del Comportamiento de la Unidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales*, 9(1), 75-99. DOI: <https://doi.org/10.29365/rpcc.20180529-65>
- Barraza, A. y Barraza, S. (2019). Procrastinación y estrés. Análisis de su relación en alumnos de educación media superior. *Revista de Investigación Educativa* 28, 132-151. DOI: <https://doi.org/10.25009/cpue.v0i28.2602>
- Belito, F. (2020). *Procrastinación y estrés en el engagement académico de los estudiantes de educación de la Universidad Federico Villareal, 2019*. Tesis doctoral. Universidad César Vallejo. URI <https://hdl.handle.net/20.500.12692/40167>
- Bernal, M. (2019). *Procrastinación y estrés académico en estudiantes de universidades públicas y privadas de Lima Metropolitana*. Tesis de grado. Universidad San Ignacio de Loyola. <https://repositorio.usil.edu.pe/handle/usil/10421>
- Camarillo, J., Morales, A. y Rangel, D. y Urbina, B. (2021). Procrastinación y estrés académico en universitarios de educación en línea. *PsicoEducativa: reflexiones y propuestas*, 7 (14), 28-41. <https://psicoeducativa.iztacala.unam.mx/revista/index.php/rpsicoedu/articulo/view/136>

- Chura, G., Calderón, S., Castro, M., y Verástegui, A. (2021). Procrastinación académica: un estudio descriptivo con estudiantes de secundaria. *Apuntes Universitarios*, 11(4), 40 – 59. DOI: <https://doi.org/10.17162/au.v11i4.759>
- Clariana, M., Cladellas, R., Gotzens, C., Badia, M., & Dezcallar, T. (2017). Typology of Extra-curricular Activities and Academic Procrastination among Primary Education Students. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 12(2), 419-446. DOI: <http://dx.doi.org/10.14204/ejrep.33.14006>
- Córdova, Y. (2021). *Estrés académico y procrastinación en estudiantes de tercero, cuarto y quinto de secundaria del colegio matemático Harry Sullivan, Lima, 2021*. Tesis de grado. Universidad Peruana de Las Américas. URI: <http://repositorio.ulasamericas.edu.pe/handle/upa/2322>
- Corrales, I., Villegas-Maestre, J., Vitón-Castillo, A., Tusell-Hormigó, D., Mamani-Benito, O., & Carranza-Esteban, R. (2022). Validez y confiabilidad de una escala de procrastinación académica en estudiantes cubanos de Estomatología. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 51(3), e02201826. <https://revmedmilitar.sld.cu/index.php/mil/article/view/1826>
- Correa, P. (27 de mayo de 2009). 15 a 20% de la población pospone sus tareas. *El Espectador*. <https://www.elespectador.com/actualidad/15-a-20-de-la-poblacion-pospone-sus-tareas-article-142898/>
- Estrada, E. y Mamani, H. (2020). Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes universitarios de Madre de Dios, Perú. *Apuntes Universitarios*, 10(4), 322-337. DOI: <https://doi.org/10.17162/au.v10i4.517>
- Estrada, E., Gallegos, N. y Huaypar, K. (2021). Procrastinación académica en estudiantes peruanos de educación superior pedagógica. *Revista Ciencias Pedagógicas e Innovación*, 8(2), 57-65. DOI: <https://doi.org/10.26423/rcpi.v8i2.382>
- Estrada, E., Mamani, D., Manrique, Y., Gallegos, N., Paredes, Y., y Quispe, R. (2022). Procrastinación académica y estrés académico en estudiantes de educación superior pedagógica. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 1(4), 271-278. DOI: <http://doi.org/10.5281/zenodo.6945082>

- Europa Press, (31 de mayo de 2018). *El 19% de las adolescentes tiene una autoestima baja, frente al 7% de los chicos*. <https://www.infosalus.com/salud-investigacion/noticia-19-adolescentes-tiene-autoestima-baja-frente-chicos-20180531141701.html>
- García-Marcos, C., López-Vargas, O., y Cabero-Almenara, J. (2020). Autorregulación del aprendizaje en la Formación Profesional a Distancia: efectos de la gestión del tiempo. *RED Revista de Educación a Distancia*, 20(62), 06. <http://dx.doi.org/10.6018/red.400071>
- García, V. y Silva, M. (2019). Procrastinación académica entre estudiantes de cursos en línea. Validación de un cuestionario. *Apertura (Guadalajara, Jal.)*, 11(2), 122-137. <https://doi.org/10.32870/ap.v11n2.1673>
- García-Martínez, I., Gavín-Chocano, Ó., León, S., & Ubago-Jiménez, J. (2021). Analysis of the pre-service teachers' academic stress based on their self-concept and personality. *Education Sciences*, 11(11), 659. DOI: <https://doi.org/10.3390/educsci11110659>
- Garzón, A. y Gil, J. (2017). Academic procrastination in non-traditional college students. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 15(3), 510-532. DOI: <http://dx.doi.org/10.14204/ejrep.43.16134>
- Garzón, A. y Gil, J. (2017). El papel de la procrastinación académica como factor de la deserción universitaria. *Revista Complutense de Educación*, 28(1), 307-324. http://dx.doi.org/10.5209/rev_RCED.2017.v28.n1.49682
- Gil-Tapia, L. y Botello-Príncipe, V. (2018). Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Ciencias de la Salud de una Universidad de Lima Norte. *CASUS*, 3(2), 89-96. <https://doi.org/10.35626/casus.2.2018.75>
- Gong, Z. (2020). Current Situation and Coping Strategies of College Students' Academic Stress Based on Internet Background. *Journal of Physics: Conference Series*, Volume 1533, 1-7. DOI: <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1533/4/042085>
- Goroshit, M. & Hen, M. (2021). Academic procrastination and academic performance: Do learning disabilities matter? *Current Psychology*, 40, 2490–2498. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00183-3>
- Ghosh, R., & Roy, S. (2017). Relating multidimensional perfectionism and academic procrastination among Indian university students: Is there any

- gender divide? *Gender in Management: An International Journal*, 32(8), 518-534. <https://doi.org/10.1108/GM-01-2017-0011>
- Hen, M. & Goroshit, M. (2020). The effects of decisional and academic procrastination on students' feelings toward academic procrastination. *Current Psychology*, 39, 556–563. <https://doi.org/10.1007/s12144-017-9777-3>
- Hernández, N. (2020). *Procrastinación académica, estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Chíncha, 2020*. Tesis de maestría. Universidad de San Martín de Porres. <https://hdl.handle.net/20.500.12727/7822>
- Hernández, R., Zapata, N., Mendoza, C. (2013). *Metodología de la investigación para bachillerato. Enfoque por competencias*. McGraw-Hill/Interamericana Editores S.A. de C.V.
- Hernández-Sampieri, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill/Interamericana Editores S.A. de C.V.
- Kuo, B., Soucie, K., Huang, S., & Laith, R. (2018). The mediating role of cultural coping behaviours on the relationships between academic stress and positive psychosocial well-being outcomes. *International Journal of Psychology*, 53(S1), 27–36. DOI: <https://doi.org/10.1002/ijop.12421>
- Luna, M. (2021). *Relación entre procrastinación académica y estrés académico en estudiantes de psicología de Paraná*. Tesis de grado. Pontificia Universidad Católica Argentina. <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/13817>
- Magalhães, P.; Pereira, B.; Oliveira, A.; Santos, D.; Núñez, J.C.; & Rosário, P. (2021). The Mediator Role of Routines on the Relationship between General Procrastination, Academic Procrastination and Perceived Importance of Sleep and Bedtime Procrastination. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18, 7796. <https://doi.org/10.3390/ijerph18157796>
- Marquina, R., Gómez, L., Salas, C., Santibáñez, S. y Rumiche, R. (2016). Procrastinación en alumnos universitarios de Lima Metropolitana. *Revista*

- Peruana de Obstetricia y Enfermería*, 12(1),
<https://www.aulavirtualusmp.pe/ojs/index.php/rpoe/article/view/747/585>
- Moawad, R. (2020). Online Learning during the COVID- 19 Pandemic and Academic Stress in University Students. *Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala*, 12(1Sup2), 100-107. DOI: <https://doi.org/10.18662/rrem/12.1sup1/252>
- More, R., Tume, J., Rangel, A., & Correa, T. (2022). Evaluación de consecuencias y soluciones percibidas para el estrés académico por la enseñanza no presencial con comunicación remota en estudiantes de educación básica regular. *Memorias de la Vigésima Primera Conferencia Iberoamericana en Sistemas, Cibernética e Informática (CISCI)*, 86-91. <https://doi.org/10.54808/CISCI2022.01.86>
- Noreña, D. (2020). *Diccionario de Investigación*. Editado por la Universidad de Lima.
- Palacio, C., Tobón, J., Toro, D., y Vicuña, J. (2018). El Estrés escolar en la Infancia: Una reflexión teórica. *Cuadernos de Neuropsicología/Panamerican Journal of Neuropsychology*, 12(2), DOI: <https://doi.org/10.7714/CNPS/12.2.206>
- Palacios, J., Belito, F., Bernaola, P. & Capcha, T. (2020). Procrastination and stress in academic engagement in college students. *Revista Multi-Ensayos*, 45-53. DOI: <https://doi.org/10.5377/multiensayos.v0i0.9336>
- Panadero, E. y Tapia, J. (2014). ¿Cómo autorregulan nuestros alumnos? Revisión del modelo cíclico de Zimmerman sobre autorregulación del aprendizaje. *Anales de Psicología*, 30(2), 450-462. <https://doi.org/10.6018/analesps.30.2.167221>
- Paucar, M. (2021). *Procrastinación académica y atención plena en adolescentes desde el enfoque mindfulness*. Tesis de grado. Universidad Central del Ecuador. <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/24213>
- Peceros, N. (2020). *Procrastinación académica, estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Chincha, 2020*. Tesis de maestría. Universidad de San Martín de Porres. URI: <https://hdl.handle.net/20.500.12727/7822>

- Pichen-Fernandez, J., y Turpo, J. (2022). Influencia del autoconcepto y autoeficacia académica sobre la procrastinación académica en universitarios peruanos. *Propósitos y Representaciones*, 10(1), e1361. <https://doi.org/10.20511/pyr2022.v10n1.1361>
- Puya, A., Ruiz, Y., & García, M. (2022). Autorregulación académica y aprendizaje autónomo en la Carrera de Educación Básica de la Universidad Estatal Península de Santa Elena. *Revista Ciencias Pedagógicas e Innovación*, 9(2), 33-39. DOI: <https://doi.org/10.26423/rcpi.v9i2.426>
- Ramírez, E., Cuaya, I., Guzmán, M., y Rojas, J. (2021). Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en universitarios durante el confinamiento por COVID-19. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 7(20), 1-19. DOI: <https://doi.org/10.46377/dilemas.v8i.2771>
- Ramírez-Gil E, Reyes-Castillo G, Rojas-Solís JL, Fragoso-Luzuriaga R. (2022) Estrés académico, procrastinación y usos del Internet en universitarios durante la pandemia por covid-19. *Revista Ciencias de la Salud*, 20(3), 1-26. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/revsalud/a.11664>
- Sagástegui, E. (2021). *Relación de procrastinación académica, autoestima y tipo de personalidad en estudiantes de Traducción e Interpretación Universidad César Vallejo, Trujillo*. Tesis doctoral. Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/56827>
- Sánchez, H. y Reyes, C. (2006). *Metodología y diseños en la Investigación Científica*. Editorial Visión Universitaria.
- Sánchez, H., Reyes, C. y Mejía, K. (2018). *Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística*. Editado por la Universidad Ricardo Palma.
- Scheffert, A., Parrish, D., & Harris, H. (2021). Factors associated with social work students' academic stress during the covid-19 pandemic: A national survey. *Journal of Social Work Education*, 57:sup1, 182-193, DOI: <https://doi.org/10.1080/10437797.2021.1914253>
- Shen, B., Wang, F., Sun, S., & Liu, Y. (2021). Chinese adolescents' academic stress and smartphone addiction: a moderated-mediation model. *Journal*

- of Broadcasting & Electronic Media*, 65(5), 724–740. DOI: <https://doi.org/10.1080/08838151.2021.2014842>
- Trías, D., y Carbajal, M. (2020). Adaptación de una escala de procrastinación académica para adolescentes de educación secundaria. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 38(3), 1-16. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.7906>
- Trujillo-Chumán, K. y Noé-Grijalva, 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. Doi: <https://doi.org/10.23923/rpye2020.01.189>
- Valdés, M., y Pujol, L. (2021). Autorregulación académica y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de reciente ingreso me faltan dimensiones de procrastinación académica. *Estilos de aprendizaje. Investigaciones y experiencias: V Congreso Mundial de Estilos de Aprendizaje*. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4635103>
- Velásquez, B. (2022). Procrastinación académica y uso escolar de Facebook en estudiantes universitarios. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 9(2), 1-32. DOI: <https://doi.org/10.46377/dilemas.v9i2.3138>
- Veliz, M., Tarazona, F., Aliaga, I. y Romero, J. (2016). Procrastinación académica en estudiantes de educación en Lenguas, Literatura y Comunicación: Características, modos y factores. *Horizonte de la Ciencia*, 6(10), 185-194. <https://revistas.uncp.edu.pe/index.php/horizontedelaciencia/article/view/368>
- Vicente, T. (7 de febrero de 2020). 95% de la población es proclive a la procrastinación. *La Voz de la Frontera*. <https://www.lavozdelafrontera.com.mx/local/95-de-la-poblacion-es-proclive-a-la-procrastinacion-4806588.html>
- Wang, Q., Xin, Z., Zhang, H. Du, J., & Wang, M. (2022). The Effect of the Supervisor–Student Relationship on Academic Procrastination: The Chain-Mediating Role of Academic Self-Efficacy and Learning Adaptation.

- International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19, 2621. <https://doi.org/10.3390/ijerph19052621>
- Westgate, E., Wormington, S., Oleson, K., & Lindgren, K. (2017). Productive procrastination: academic procrastination style predicts academic and alcohol outcomes. *Journal of Applied Social Psychology*, 47, 124–135. <https://doi.org/10.1111/jasp.12417>
- Xu, T., Wang, H., Fonseca, W., Zimmerman, M., Rost, D., Gaskin, J., & Wang, J. (2019). The relationship between academic stress and adolescents' problematic smartphone usage. *Addiction Research & Theory*, 27(2), 162–169. DOI: <https://doi.org/10.1080/16066359.2018.1488967>
- Ye, L., Posada, A., & Liu, Y. (2019). A review on the relationship between Chinese adolescents' stress and academic achievement. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 163, 81–95. DOI: <https://doi.org/10.1002/cad.20265>
- Zhang, J., & Zheng, Y. (2017). How do academic stress and leisure activities influence college students' emotional well-being? A daily diary investigation. *Journal of adolescence*, 60, 114–118. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.08.003>

ANEXOS

ANEXO 1. MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición
Procrastinación académica	Conducta que presentan los estudiantes, la cual se caracteriza el retraso o aplazamiento voluntario del desarrollo de sus tareas o trabajos de manera habitual, generando a su vez en ellos sensaciones de incomodidad y consecuencias poco agradables (Estrada, Gallegos y Huaypar, 2021, p. 58).	Variable que se medirá mediante la Escala de Procrastinación académica de Ann Busko (1998), conformada por 16 ítems con escala de Likert, ítems organizados en dos dimensiones: postergación de actividades y autorregulación académica.	Autorregulación académica Postergación de actividades	Preparación ante evaluaciones Momento de revisión de tareas Solución de problemas Hábitos de estudio Manejo de los tiempos para el desarrollo de actividades. Dejar tareas para después. Asistencia regular a clases. Anticipar el cumplimiento de tareas. Disfrute con el desarrollo de tareas.	Ordinal Baja Moderada Alta
Estrés académico	Forma de estrés experimentada en un entorno educativo y que se produce a partir de estresores de actividades académicas. El estrés académico es resultado de la interacción entre los estímulos ambientales y la persona (aspectos sociodemográficos, reacciones y síntomas) por lo cual el estrés implica un desequilibrio entre ambas partes (Barraza (2005 citado por Hernández, 2020).	Proceso adaptativo que se evalúa mediante el Inventario del Estrés Académico SISCO conformado por 31 ítems organizados en 3 dimensiones bajo una escala dicotómica (si y no)	Estresores Síntomas Estrategias de afrontamiento	Demandas al individuo Competencia con los compañeros Tipo de tarea Participación en clase Reacciones físicas Reacciones psicológicas Reacciones conductuales Habilidad asertiva Planificación Auto reconocimiento Religiosidad	Ordinal Leve Moderado Profundo

Anexo 2. Instrumentos de recolección de datos



CUESTIONARIO DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

Estimado estudiante a continuación, encontrarás una serie de preguntas que hacen referencia a tu modo de estudiar. Lee cada frase y contesta según tus últimos 12 meses de tu vida como estudiante marcando con una X de acuerdo con la siguiente escala de valoración:

N = Nunca

CN = Casi Nunca

AV = A veces

CS = Casi siempre

S = Siempre

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

CUESTIONARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO

El presente cuestionario tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes universitarios durante sus estudios. La sinceridad con que respondan será de gran utilidad para la investigación.

Durante el transcurso de este semestre ¿Has tenido momentos de preocupación nerviosismo?

SI () NO ()

En caso de seleccionar la alternativa "no", el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa "sí", pasar a las siguientes preguntas.

Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de preocupación o nerviosismo, donde 1 nunca y 5 es siempre. Marque con una x el casillero correspondiente.

Señale con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

N°	Dimensión: Estresores	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1	La competencia con los compañeros del grupo.					
2	Sobrecarga de tareas y trabajos escolares.					
3	La personalidad y el carácter del profesor.					
4	Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.).					
5	El tipo de trabajo que te piden los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.).					
6	No entender los temas que se abordan en la clase.					
7	Participación en clase (responder preguntas, exposiciones, etc.).					
8	Tiempo limitado para hacer el trabajo.					
	Otra (especifique):					

1. Señale con qué frecuencia tuvo las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estaba preocupado (a) o nervioso (a):

N°	Dimensión: Síntomas	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
9	Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas).					
10	Fatiga crónica (cansancio permanente).					
11	Dolores de cabeza o migrañas.					
12	Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.					
13	Rascarse, morderse las uñas, frotarse las manos, etc.					
14	Somnolencia o mayor necesidad de dormir.					

N°	Reacciones psicológicas	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
15	Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).					
16	Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).					
17	Ansiedad, angustia o desesperación.					
18	Problemas de concentración.					
19	Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad					

N°	Reacciones comportamentales	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
20	Conflictos o tendencia a polemizar o discutir.					
21	Aislamiento de los demás.					
22	Desgano para realizar las labores escolares.					
23	Aumento o reducción del consumo de alimentos.					

	Especifique otra					
--	------------------	--	--	--	--	--

2. Señale con qué frecuencia utilizó las siguientes estrategias para enfrentar la situación que le causaba la preocupación o el nerviosismo:

N°	Dimensión: Estrategias de afrontamiento	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
24	Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).					
25	Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas.					
26	Elogios a sí mismo.					
27	La religiosidad (oraciones o asistencia a misa).					
28	Búsqueda de información sobre la situación.					
29	Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa).					
	Otra (especifique) _____					

ANEXO 3



CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE: PROCRASTINACION ACADEMICA

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

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Ninguna

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [X]**

Aplicable después de corregir [--]

No aplicable [-]

Apellidos y nombres del juez validador:

Mag. Roger Arista Perea

DNI: 09394981

Especialidad del validador: Magister en Docencia Universitaria e Investigación Pedagógica

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

Lima, noviembre del 2022



FIRMA

Mag. Roger Arista Perea

DNI: 09394981

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE: ESTRÉS ACADÉMICO

Nº	Dimensiones / ítems	Pertinencia		Relevancia		Claridad		Sugerencias
		1		2		3		
Dimensión 1: Estresores		Si	No	Si	No	Si	No	
1	La competencia con los compañeros del grupo.	X		X		X		
2	Sobrecarga de tareas y trabajos escolares.	X		X		X		
3	La personalidad y el carácter del profesor.	X		X		X		
4	Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.).	X		X		X		
5	El tipo de trabajo que te piden los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.).	X		X		X		
6	No entender los temas que se abordan en la clase.	X		X		X		
7	Participación en clase (responder preguntas, exposiciones, etc.).	X		X		X		
8	Tiempo limitado para hacer el trabajo.	X		X		X		
Dimensión 2 : Síntomas		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
9	Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas).	X		X		X		
10	Fatiga crónica (cansancio permanente).	X		X		X		
11	Dolores de cabeza o migrañas.	X		X		X		
12	Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.	X		X		X		
13	Rascarse, morderse las uñas, frotarse las manos, etc.	X		X		X		
14	Somnolencia o mayor necesidad de dormir.	X		X		X		
15	Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).	X		X		X		
16	Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).	X		X		X		
17	Ansiedad, angustia o desesperación.	X		X		X		
18	Problemas de concentración.	X		X		X		
19	Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad	X		X		X		
20	Conflictos o tendencia a polemizar o discutir.	X		X		X		
21	Aislamiento de los demás.	X		X		X		
22	Desgano para realizar las labores escolares.	X		X		X		
23	Aumento o reducción del consumo de alimentos.	X		X		X		

Dimensión 3 : Estrategias de afrontamiento		SI	NO	SI	NO	SI	NO
24	Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).	X		X		X	
25	Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas.	X		X		X	
26	Elogios a sí mismo.	X		X		X	
27	La religiosidad (oraciones o asistencia a misa).	X		X		X	
28	Búsqueda de información sobre la situación.	X		X		X	
29	Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa).	X		X		x	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Ninguna

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [X]** **Aplicable después de corregir [--]** **No aplicable [-]**

Apellidos y nombres del juez validador: **Mag. Roger Arista Perea** **DNI: 09394981**

Especialidad del validador: **Magister en Docencia Universitaria e Investigación Pedagógica**

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

Lima, noviembre del 2022



FIRMA

Mag. Roger Arista Perea

DNI: 09394981



PERÚ

Ministerio de Educación

Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria

Dirección de Documentación e Información Universitaria y Registro de Grados y Títulos

CONSTANCIA DE INSCRIPCIÓN EN EL REGISTRO NACIONAL DE GRADOS Y TÍTULOS

La Dirección de Documentación e Información Universitaria y Registro de Grados y Títulos, a través de la Jefa de la Unidad de Registro de Grados y Títulos, deja constancia que la información contenida en este documento se encuentra inscrita en el Registro Nacional de Grados y Títulos administrada por la Sunedu.

INFORMACIÓN DEL CIUDADANO

Apellidos **ARISTA PEREA**
Nombres **ROGER**
Tipo de Documento de Identidad **DNI**
Número de Documento de Identidad **09394981**

INFORMACIÓN DE LA INSTITUCIÓN

Nombre **UNIVERSIDAD SAN PEDRO**
Rector **JOSE MARIA HUAMAN RUIZ**
Secretario **ANGEL EFREN PAREDES QUIPUSCOA**
Decano **FLORENCIA ADELINA ARTEAGA TORRES**

INFORMACIÓN DEL DIPLOMA

Grado Académico **MAESTRO**
Denominación **MAGISTER EN DOCENCIA UNIVERSITARIA E INVESTIGACION PEDAGOGICA**
Fecha de Expedición **23/12/2010**
Resolución/Acta **04324 - 2010 - USP / CU**
Diploma **A1212290**
Fecha Matrícula **Sin información (****)**
Fecha Egreso **Sin información (****)**

Fecha de emisión de la constancia:
20 de Noviembre de 2022



CÓDIGO VIRTUAL 0000995543

JESSICA MARTHA ROJAS BARRUETA
JEFA

Unidad de Registro de Grados y Títulos
Superintendencia Nacional de Educación
Superior Universitaria - Sunedu



Firmado digitalmente por:
Superintendencia Nacional de Educación
Superior Universitaria
Activo: Servidor de
Agente automatizado.
Fecha: 20/11/2022 23:39:09-0500

Esta constancia puede ser verificada en el sitio web de la Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria - Sunedu (www.sunedu.gob.pe), utilizando lectora de códigos o teléfono celular enfocando al código QR. El celular debe poseer un software gratuito descargado desde internet.

Documento electrónico emitido en el marco de la Ley N° 27269 - Ley de Firmas y Certificados Digitales, y su Reglamento aprobado mediante Decreto Supremo N° 052-2008-PCM.

(*) El presente documento deja constancia únicamente del registro del Grado o Título que se señala.

(****) La falta de información de este campo, no involucra por sí misma un error o la invalidez de la inscripción del grado y/o título, puesto que, a la fecha de su registro, no era obligatorio declarar dicha información. Sin perjuicio de lo señalado, de requerir mayor detalle, puede contactarnos a nuestra central telefónica: 01 500 3930, de lunes a viernes, de 08:30 a.m. a 4:30 p.m.



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

AUTORIZACIÓN DE LA ORGANIZACIÓN PARA PUBLICAR SU IDENTIDAD EN LOS RESULTADOS DE LAS INVESTIGACIONES

Datos Generales

Nombre de la Organización:	RUC: 20165465009
Escuela Técnico Superior Femenina PNP San Bartolo.	
Nombre del Titular o Representante legal: General PNP Víctor Jose ZANABRIA ANGULO	
Nombres y Apellidos: Victor Jose ZANABRIA ANGULO	DNI: 43548843

Consentimiento:

De conformidad con lo establecido en el artículo 7º, literal "f" del Código de Ética en Investigación de la Universidad César Vallejo (*), autorizo [], no autorizo [] publicar LA IDENTIDAD DE LA ORGANIZACIÓN, en la cual se lleva a cabo la investigación:

Nombre del Trabajo de Investigación	
Procrastinación académica y estrés académico de estudiantes del segundo año de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo, año 2022.	
Nombre del Programa Académico: Escuela de Posgrado Académica de Maestría en Educación, de la Universidad Cesar Vallejo filial Lima Norte	
Autor: Nombres y Apellidos Verónica García Venegas	DNI: 43595141

En caso de autorizarse, soy consciente que la investigación será alojada en el Repositorio Institucional de la UCV, la misma que será de acceso abierto para los usuarios y podrá ser referenciada en futuras investigaciones, dejando en claro que los derechos de propiedad intelectual corresponden exclusivamente al autor (a) del estudio.

Lugar y Fecha: Lima, 29 de noviembre 2022

Firma: 

(Titular o Representante legal de la Institución)

(*) Código de Ética en Investigación de la Universidad César Vallejo-Artículo 7º, literal " f " Para difundir o publicar los resultados de un trabajo de investigación es necesario mantener bajo anonimato el nombre de la institución donde se llevó a cabo el estudio, salvo el caso en que haya un acuerdo formal con el gerente o director de la organización, para que se difunda la identidad de la institución. Por ello, tanto en los proyectos de investigación como en los informes o tesis, no se deberá incluir la denominación de la organización, pero sí será necesario describir sus características.



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA DE POSGRADO
MAESTRÍA EN EDUCACIÓN**

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, RAMIREZ RIOS ALEJANDRO, docente de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN EDUCACIÓN de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, asesor de Tesis titulada: "Procrastinación académica y estrés académico de estudiantes del segundo año de la Escuela Técnica Superior PNP San Bartolo, año 2022

", cuyo autor es GARCIA VENEGAS VERONICA, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 22.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

LIMA, 05 de Enero del 2023

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
RAMIREZ RIOS ALEJANDRO DNI: 07191553 ORCID: 0000-0003-0976-4974	Firmado electrónicamente por: ALRAMIREZRIO el 10-01-2023 08:11:43

Código documento Trilce: TRI - 0510460