



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

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

Adicción a internet, estrés y procrastinación académica en  
estudiantes de secundaria de San Juan de Lurigancho, Lima,  
2024

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

Licenciada en Psicología

**AUTORAS:**

Alvis Minga, Fiorela Nataly (orcid.org/0000-0002-8163-3381)

Martel Dionicio, Gabriela (orcid.org/0000-0003-1702-8264)

**ASESOR:**

Mgtr. Romero Palomino, Delmer (orcid.org/0000-0002-5784-8585)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Violencia

**LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:**

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

**LIMA – PERÚ**

**2024**

## **Dedicatoria**

Dedico con todo el corazón esta investigación a mis padres, hermanos y a mi pareja que nunca dudo en apoyarme, quienes han sido parte fundamental para ejecutar este estudio, ellos son quienes me enseñaron a no rendirme y a seguir luchando por mis objetivos.

## **Agradecimiento**

Agradezco a Dios por guiarme y no alejarme de este largo camino, a mi compañera de tesis por el apoyo mutuo e incondicional y al profesor Delmer Romero por su esfuerzo, paciencia y dedicación en este proceso de desarrollo de la tesis.



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

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

**Declaratoria de Autenticidad del Asesor**

Yo, ROMERO PALOMINO DELMER, docente de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de PSICOLOGÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA ESTE, asesor de Tesis titulada: "ADICCIÓN A INTERNET, ESTRÉS Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE SAN JUAN DE LURIGANCHO, LIMA, 2024", cuyos autores son MARTEL DIONICIO GABRIELA, ALVIS MINGA FIORELA NATALY, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 19%, 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, 27 de Junio del 2024

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
ROMERO PALOMINO DELMER DNI: 46661189 ORCID: 0000-0002-5784-8585	Firmado electrónicamente por: DROMEROP1 el 28- 06-2024 20:27:50

Código documento Trilce: TRI - 0776836





**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

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

**Declaratoria de Originalidad de los Autores**

Nosotros, MARTEL DIONICIO GABRIELA, ALVIS MINGA FIORELA NATALY estudiantes de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de PSICOLOGÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA ESTE, declaramos bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: "ADICCIÓN A INTERNET, ESTRÉS Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE SAN JUAN DE LURIGANCHO, LIMA, 2024", es de nuestra autoría, por lo tanto, declaramos que la Tesis:

1. No ha sido plagiada ni total, ni parcialmente.
2. Hemos mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicada, ni presentada anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

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

<b>Nombres y Apellidos</b>	<b>Firma</b>
FIORELA NATALY ALVIS MINGA DNI: 71897594 ORCID: 0000-0002-8163-3381	Firmado electrónicamente por: FALVISM el 27-06-2024 20:02:43
GABRIELA MARTEL DIONICIO DNI: 48337457 ORCID: 0000-0003-1702-8264	Firmado electrónicamente por: GMARTELD1601 el 27- 06-2024 20:29:21

Código documento Trilce: TRI - 0776834



## ÍNDICE DE CONTENIDOS

CARÁTULA	i
DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	ii
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DEL ASESOR	iv
DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD DE LOS AUTORES	v
ÍNDICE DE CONTENIDOS	vi
ÍNDICE DE TABLAS	vii
RESUMEN	viii
ABSTRACT	ix
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	4
III. METODOLOGÍA	12
3.1. Tipo y diseño de investigación .....	12
3.2. Variables y operacionalización .....	12
3.3. Población, muestra y muestreo .....	13
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos .....	15
3.5. Procedimiento .....	19
3.6. Método de análisis de datos .....	19
3.7. Aspectos éticos .....	20
IV. RESULTADOS	21
V. DISCUSIÓN	27
VI. CONCLUSIONES	31
VII. RECOMENDACIONES	32
REFERENCIAS	33
ANEXOS	

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1.</b> Características sociodemográficas de la muestra (N=349) .....	<b>15</b>
<b>Tabla 2.</b> Prueba de normalidad a través del estadístico Kolmogorov Smirnov .....	<b>21</b>
<b>Tabla 3.</b> Correlación entre la adicción al internet, estrés y procrastinación académica .....	<b>22</b>
<b>Tabla 4.</b> Niveles de adicción al internet .....	<b>22</b>
<b>Tabla 5.</b> Niveles de estrés .....	<b>23</b>
<b>Tabla 6.</b> Niveles de procrastinación académica .....	<b>23</b>
<b>Tabla 7.</b> Correlación entre las dimensiones adicción al internet y estrés .....	<b>24</b>
<b>Tabla 8.</b> Correlación entre las dimensiones adicción al internet y procrastinación académica .....	<b>25</b>
<b>Tabla 9.</b> Correlación entre las dimensiones de estrés y procrastinación académica .....	<b>26</b>

## RESUMEN

La presente investigación presenta como objetivo determinar la relación entre la adicción a internet, estrés y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de San Juan de Lurigancho, Lima, 2024. El tipo de investigación será aplicada – de diseño no experimental transversal – correlacional en 350 estudiantes de nivel secundaria. Los instrumentos utilizados fueron La Escala de Adicción a internet, el inventario de SISCO y la Escala de Procrastinación., con un 95% de confianza y un 0.5 de margen de error. Entre los hallazgos se destaca que los niveles de adicción a internet en estudiantes de secundaria un 43.3% presentando un nivel alto de adicción a internet. A nivel de Estrés se obtuvo un porcentaje alto 48.8% y a nivel de Procrastinación académica se evidencia un porcentaje alto de 48.4% Las correlaciones entre las variables nos permiten afirmar una correlación directa y estadísticamente significativa entre la adicción a internet y el estrés, por otro lado se identificó una relación inversa entre la adicción a internet y la procrastinación académica, además, entre estrés y procrastinación académica se encontró una correlación directa significativa. Finalmente se sugiere llevar a cabo investigaciones con una población distinta, dado que hay pocos estudios previos que evalúen la correlación entre estas tres variables.

**Palabras clave:** Adicción, internet, estrés

## ABSTRACT

The objective of this research is to determine the relationship between internet addiction, stress and academic procrastination in high school students from San Juan de Lurigancho, Lima, 2024. The type of research will be applied – non-experimental transversal – correlational design in 350 students secondary level. The instruments used were the Internet Addiction Scale, the SISCO inventory and the Procrastination Scale, with 95% confidence and a 0.5 margin of error. Among the findings, it stands out that the levels of Internet addiction in high school students are 43.3% presenting a high level of Internet addiction. At the level of Stress, a high percentage of 48.8% was obtained and at the level of Academic Procrastination, a high percentage of 48.4% was evident. The correlations between the variables allow us to affirm a direct and statistically significant correlation between internet addiction and stress, on the other hand. An inverse relationship was identified between Internet addiction and academic procrastination; in addition, a significant direct correlation was found between stress and academic procrastination. Finally, it is suggested to carry out research with a different population, given that there are few previous studies that evaluate the correlation between these three variables.

**Keywords:** Addiction, internet, stress

## I. INTRODUCCIÓN

El uso excesivo de internet en la adolescencia puede desencadenar una serie de problemas que incluyen el estrés, la procrastinación y la adicción, impactando el bienestar emocional de los adolescentes (Traş y Gökçen, 2020). Este aumento en la utilización de internet puede llevar a que los adolescentes pasen una gran cantidad de tiempo frente a las pantallas, interfiriendo con sus responsabilidades sociales y académicas.

Según las Naciones Unidas (2019) el 94% de los jóvenes de 15 a 24 años en naciones desarrolladas utilizan internet, en contraste con el 65% en naciones en desarrollo; en respuesta, estas tasas están considerablemente por encima del uso de internet en la población en general, que se sitúa en un 50%. No obstante, el Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI] (2021) indicó, alrededor del 89% de jóvenes muestran un uso compulsivo de Internet; en respuesta, de este grupo, el 88% corresponde a adolescentes de entre 12 y 18 años, y de estos, el 71% se ubica el sexo masculino. En este orden, la adicción al internet puede provocar estrés en los adolescentes al desequilibrar sus responsabilidades, exponerlos a contenido estresante, generar ansiedad por desconexión y afectar su calidad de sueño (Lozano-Blasco et al., 2022).

Según la Organización Mundial de la Salud [OMS] (2023) el estrés afecta nuestra calidad de vida y bienestar; además, el estrés puede manifestarse físicamente a través de síntomas como malestar estomacal, dolores de cabeza, e incluso dificultad en conciliar el sueño; es cierto que, el estrés es una experiencia altamente subjetiva y puede variar significativamente de una persona a otra.

El estrés es una presentación de series de factores individuales, como la personalidad, la edad, el género y las experiencias de vida previas que incluye en situaciones que podrían considerarse igualmente estresantes, las personas pueden experimentar estrés de manera diferente, resaltando la importancia de comprender la percepción individual del estrés al analizar su impacto en la salud mental (Foster et al., 2023; Hu et al., 2023).

En Ecuador, Vega y Vega (2023) llevaron a cabo un estudio en estudiantes del nivel de secundaria, sus hallazgos revelaron que, el 51,5% presentaba un nivel moderado de estrés, mientras que solo el 35,4% mostraba una presencia leve, y únicamente un 10,9% mostraba una presencia severa. De la misma forma, Pardo (2022) llevó a cabo un estudio en estudiantes del nivel de secundaria de Lima, sus hallazgos identificaron que, el 34,4% tenían presencia inadecuada y adecuada de estrés académico, mientras que el 31,3% mostraba una presencia muy adecuada.

Asimismo, la adicción al Internet puede potenciar la procrastinación al proporcionar distracciones fáciles y gratificaciones instantáneas, lo que lleva a la evitación de tareas académicas y al incremento del estrés (Ti et al., 2022). En contexto, la procrastinación, ya sea ocasional o crónica, desencadena niveles significativos de estrés según el modelo procrastinación-salud (Sirois et al., 2023). En efecto, esto se debe a la constante preocupación por retrasos injustificados y las repercusiones personales del aplazamiento (Sirois, 2023).

Investigaciones previas realizadas en Colombia por Vergara et al. (2023) revelaron niveles notables de procrastinación entre estudiantes de secundaria; en respuesta, encontraron que el 64,9% mostró un alto nivel de procrastinación. Por otro lado, en Ecuador, Bedón (2023) identificó niveles altos de 51,2% de procrastinación entre estudiantes de nivel secundario en este país.

A nivel nacional, investigaciones realizadas por Chura et al. (2021) en Tacna han identificado niveles promedio y altos de postergación entre estudiantes de secundaria; en respuesta, el 54,7% tenía un nivel promedio de postergación, mientras que solo el 40,8% mostraba una baja presencia de este comportamiento.

Por otro lado, a nivel local, Vargas (2023) realizó una investigación en estudiantes de secundaria de Lima, identificó que, el 95% presentaba un nivel de procrastinación moderada, mientras que solo un 5% mostraba una presencia no significativa. Simultáneamente, en el mismo lugar, Rojas (2023) identificó un 22,2% de estudiantes de secundaria exhibían un nivel de procrastinación medio, y solamente un 3,6% alto.

No obstante, una mayor sensibilidad al estrés durante la etapa de la adolescencia indica una mayor susceptibilidad ante la exposición a distintos factores estresantes del entorno (Kaczmarek y Trambacz, 2021). Esta interrogante pone en manifiesto considerar responder al siguiente problema: ¿Cuál es la relación entre la adicción a internet, estrés y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de San Juan de Lurigancho?

La justificación teórica se centra en los conocimientos teóricos respaldados por Ajzen y Madden (1986), Busko (1998) y Barraza (2007). Además, se destaca la importancia de abordar estos problemas desde una justificación metodológica sólida de enfoque cuantitativo por medio de la técnica de la encuesta. Desde una justificación práctica se sustenta en ejemplos de estudios previos que han identificado que la adicción al internet, el estrés y la procrastinación en estudiantes de secundaria están interrelacionados, resaltando la necesidad de investigar estos aspectos para aportar en la mejora con la educación y el bienestar.

Llegando a este punto, el siguiente objetivo general: Determinar la relación entre la adicción a internet, estrés y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de San Juan de Lurigancho. En los específicos: 1) Determinar los niveles de adicción a internet en estudiantes de secundaria. 2) Determinar los niveles de estrés académico en estudiantes de secundaria. 3) Determinar los niveles de procrastinación académica en estudiantes de secundaria. 4) Determinar la relación entre las dimensiones de la adicción a internet, estrés y procrastinación académica. 5) Determinar la relación entre la adicción a internet y las dimensiones del estrés académico. 6) Determinar la relación entre la adicción a internet y las dimensiones de la procrastinación académica.

De igual modo, la siguiente hipótesis general: Existe relación entre la adicción a internet, estrés y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de San Juan de Lurigancho. En los específicos: 1) Existe relación entre las dimensiones de la adicción a internet, estrés y procrastinación académica. 2) Existe relación entre la adicción a internet y las dimensiones del estrés académico. 3) Existe relación entre la adicción a internet y las dimensiones de la procrastinación académica.

## II. MARCO TEÓRICO

Seguidamente, para contextualizar, se explorarán los antecedentes tanto a nivel internacional como nacional de las variables de la investigación.

Sriati et al. (2022) analizaron la correlación entre el estrés académico y la adicción al internet en adolescentes de Indonesia. La metodología fue de nivel correlacional; asimismo, la muestra fue representada por 378 estudiantes. En el resultado, determinaron que existe relación positiva, ya que identificaron un ( $Rho = ,331$ ;  $p < ,000$ ). En conclusión, existe evidencia suficiente para afirmar de manera concluyente que a medida que incrementa el estrés académico, también aumenta la adicción al internet, de manera baja en los alumnos.

Subu et al. (2022) aclararon la relación entre la adicción al internet y el estrés en adolescentes de cuatro escuelas secundarias del este de Indonesia. La metodología de nivel correlacional; asimismo, la muestra estuvo representada por 315 estudiantes. En el resultado, determinaron que existe relación positiva, ya que identificaron un ( $Rho = ,345$ ;  $p < ,000$ ). En conclusión, existe evidencia suficiente para afirmar de manera concluyente que a medida que aumenta la adicción al internet, también incrementa el estrés, de manera baja en los alumnos.

Feng et al. (2019) determinaron la relación entre el estrés y la adicción al internet de los adolescentes de China: un modelo de moderación mediada. La metodología fue de nivel correlacional; asimismo, la muestra estuvo representada por 1 634 estudiantes. En el resultado, determinaron que existe relación positiva, ya que identificaron un ( $Rho = ,220$ ;  $p < ,000$ ). En conclusión, existe evidencia suficiente para afirmar de manera concluyente que a medida que incrementa el estrés, también aumenta la adicción al internet, de manera baja en los alumnos.

Malyshev y Arkhipenko (2019) analizaron la interrelación entre los fenómenos de procrastinación y adicción al internet en la personalidad de los alumnos de secundaria de Rusia. La metodología fue de nivel correlacional; asimismo, la muestra fue representada por 120 estudiantes. En el resultado, determinaron que existe relación positiva entre ambas variables, ya que identificaron un ( $r = ,839$ ;  $p < ,000$ ). En conclusión, existe evidencia suficiente para

afirmar de manera concluyente que a medida que aumenta la procrastinación, también aumenta la adicción al internet, de manera alta en los estudiantes.

Hamidi et al. (2015) determinaron la relación entre la adicción a internet y la procrastinación académica entre estudiantes de secundaria de Irán. La metodología fue de nivel correlacional; asimismo, la muestra estuvo representada por 124 estudiantes. En el resultado, determinaron que existe relación positiva, ya que identificaron un ( $r = ,520$ ;  $p < ,000$ ). En conclusión, existe evidencia suficiente para afirmar de manera concluyente que a medida que aumenta la adicción al internet, también incrementa la procrastinación, de forma moderada en los estudiantes.

Rodas-Quispe (2022) determinó la relación entre la adicción al internet y la procrastinación académica de los estudiantes de secundaria de instituciones educativas de Arequipa. La metodología fue de nivel correlacional; asimismo, la muestra estuvo representada por 67 estudiantes. En el resultado, determinó que existe relación positiva, ya que identificó un ( $Rho = ,440$ ;  $p < ,000$ ). En conclusión, existe evidencia suficiente para afirmar de manera concluyente que a medida que aumenta la adicción al internet, también incrementa la procrastinación, de manera moderada en los alumnos.

Mendoza (2022) determinó la relación entre la adicción al internet y procrastinación académica en alumnos de secundaria de una I.E. de San Juan de Miraflores. La metodología fue de nivel correlacional; asimismo, la muestra estuvo representada por 249 estudiantes. En el resultado, determinó que existe relación positiva, ya que identificó un ( $Rho = ,440$ ;  $p < ,000$ ). En conclusión, existe evidencia suficiente para afirmar de manera concluyente que a medida que aumenta la adicción al internet, también incrementa la procrastinación, de manera moderada en los alumnos.

De La Cruz (2022) analizó la relación entre la salud mental y adicción al internet en adolescentes de una I.E.E. en Sullana. La metodología fue de nivel correlacional; asimismo, la muestra fue representada por 157 estudiantes. En el resultado, determinó que existe relación negativa, ya que identificó un ( $Rho = -,398$ ;  $p < ,000$ ). En conclusión, existe evidencia suficiente para afirmar de manera

concluyente que a medida que incrementa la salud mental, también reduce la adicción al internet, de manera baja en los escolares.

Fernandez (2021) determinó la relación entre el nivel de estrés y el uso indebido del internet en los alumnos de secundaria de una I.E. de Lima. El método fue correlacional; asimismo, la muestra fue representada por 120 estudiantes. En el resultado, determinó que existe relación positiva, ya que identificó un ( $r= .430$ ;  $p < .000$ ). En conclusión, existe evidencia suficiente para afirmar de manera concluyente que a medida que incrementa el estrés, también aumenta el uso indebido del internet en los estudiantes.

Choquecota y Barrantes (2019) determinaron la relación entre las variables de adicción al internet y procrastinación académica en alumnos de secundaria de una institución educativa de Juliaca. El método fue correlacional; asimismo, la muestra fue representada por 174 alumnos. En el resultado, determinaron que existe relación positiva, ya que identificaron un ( $Rho= .436$ ;  $p < .000$ ). En conclusión, existe evidencia suficiente para afirmar de manera concluyente que a medida que aumenta la adicción al internet, también incrementa la procrastinación, de manera moderada en los estudiantes.

A continuación, se presentará la teoría, el marco conceptual de adicción al internet y sus dimensiones.

Según Ajzen y Madden (1986) sostienen que, la esencia de la teoría de la acción razonada radica en desentrañar las acciones humanas, basándose en cómo el individuo se inclina hacia la realización de ciertas conductas y su actitud hacia ellas. En efecto, esta teoría se centra en cómo las personas se orientan a manifestar comportamientos apropiados. La teoría aplica a la adicción al Internet al explorar cómo las personas se orientan hacia la realización de conductas relacionadas con el uso excesivo de internet y cómo perciben esta actividad. En el ámbito de la adicción al Internet, se examina la intención y actitud de las personas hacia el uso compulsivo de la red, y cómo estas influyen en su comportamiento. También se analizan los síntomas y manifestaciones que caracterizan la adicción al Internet (sintomatología), así como la disfuncionalidad que puede surgir como resultado de esta adicción. En síntesis, esta teoría aborda cómo las actitudes y percepciones

influyen en los comportamientos relacionados con la adicción al internet, considerando tanto los síntomas característicos como las implicaciones disfuncionales.

La adicción a internet es la incapacidad de un individuo para controlar de manera adecuada la cantidad de tiempo y frecuencia con la que utiliza Internet, lo que puede generar un efecto adverso en diversas partes de su vida cotidiana y bienestar (Lam-Figueroa et al., 2011). Por otro lado, también se refiere a un estado en el que los individuos muestran una dependencia excesiva y compulsiva hacia el uso de Internet, teniendo un efecto adverso en su motivación para el aprendizaje y contribuyendo a retrasos en su desempeño académico (Feng et al., 2019). No obstante, se caracteriza por un patrón de comportamiento compulsivo y descontrolado en el que un individuo muestra una dependencia excesiva y perjudicial hacia el uso de Internet. Esto puede manifestarse en una búsqueda compulsiva de conexión en línea, el uso excesivo de plataformas digitales y una incapacidad para controlar el tiempo dedicado a actividades en línea, a pesar de sus consecuencias negativas en la vida cotidiana, en el ámbito escolar, social y emocional (Malyshev y Arkhipenko, 2019).

La adicción al internet como sintomatología se refiere a las características o manifestaciones de la adicción, es decir, los síntomas que experimenta una persona adicta al Internet. Estos síntomas pueden incluir una incapacidad para vigilar las horas que se pasa en Internet, una dependencia emocional o psicológica del uso de Internet, así como efectos negativos como problemas escolares, dificultades en las relaciones interpersonales y conflictos familiares (Lam-Figueroa et al., 2011).

La disfuncionalidad por la adicción se refiere a las consecuencias negativas y perjudiciales que la adicción a Internet tiene en diferentes aspectos como su rendimiento escolar, su salud física y emocional, sus relaciones personales y su funcionamiento global. Estas disfuncionalidades son el resultado directo de la dependencia excesiva y los problemas de control que la adicción a Internet conlleva (Lam-Figueroa et al., 2011).

A continuación, se presentará la teoría, el marco conceptual del estrés académico y sus dimensiones.

Según la teoría de Barraza (2007), el enfoque sistémico considera a los individuos como parte de sistemas interconectados extensos, donde las interrelaciones entre los integrantes del sistema influyen en el comportamiento y las experiencias de los individuos. En este caso, la teoría de Barraza parece abordar el estrés escolar desde una perspectiva sistémica, al analizar cómo los componentes sistémicos-procesuales interactúan y se ven afectados por los estímulos entrantes y salientes del entorno escolar. Por otra parte, el enfoque cognitivo se enfoca en cómo los individuos perciben, interpretan y procesan la información. En la teoría de Barraza, se menciona que la percepción subjetiva del estrés es fundamental, lo que sugiere un enfoque cognitivo. La forma en que un estudiante percibe los estímulos escolares como estresores y cómo interpreta y reacciona a estos estímulos es un aspecto clave en su experiencia de estrés.

La teoría de Barraza (2007) propone un modelo sistémico-cognoscitivista enfocado en el estrés escolar. En este modelo, se plantea que el estrés en el entorno educativo se relaciona con componentes sistémicos-procesuales. Estos componentes se activan en respuesta al flujo constante de estímulos que entran y salen, interactuando con el cuerpo del estudiante en búsqueda de un equilibrio. En tal sentido, cuando un estudiante se enfrenta a estímulos que demandan su atención, puede percibirlos como desafiantes o estresantes. Esta percepción desequilibra su organismo, desatando síntomas típicos de estrés. Ante esta reacción, el estudiante busca estrategias para afrontar estos síntomas y restablecer el equilibrio.

El estrés es aquella situación estresante que se experimenta dentro del entorno académico que afecta al estudiante, generando problemas de salud y desequilibrio en su bienestar al percibir estas circunstancias como amenazantes (Barraza, 2007). Asimismo, Deng et al. (2022) define el estrés académico como una tensión física y emocional que experimentan los estudiantes en respuesta a las demandas y presiones asociadas con su entorno educativo y tareas académicas.

En otras palabras, Ishrat et al. (2023) describen que, el estrés académico se refiere a la carga emocional y psicológica que resulta de las demandas y exigencias específicas del entorno educativo y que puede manifestarse en síntomas físicos y emocionales; es decir, este estrés tiene el potencial de impactar adversamente en el aprendizaje escolar y en el bienestar general del estudiante.

Los estímulos estresores son eventos, situaciones o circunstancias que pueden desencadenar una respuesta de estrés en una persona. Estos pueden abarcar una amplia gama de experiencias, desde exámenes y cargas de trabajo hasta problemas personales o situaciones desafiantes en la vida cotidiana. En esencia, son desencadenantes que activan la respuesta de estrés en el individuo (Barraza, 2007).

Los síntomas son las manifestaciones físicas, emocionales y cognitivas que una persona experimenta cuando está sometida a estrés. Estos síntomas pueden variar desde manifestaciones físicas como dolores de cabeza o tensión muscular, hasta aspectos emocionales como la ansiedad, la irritabilidad o la tristeza. Además, pueden incluir cambios cognitivos, como dificultad para concentrarse o problemas de memoria (Barraza, 2007).

La estrategia de afrontamiento es caracterizada por el accionar de la persona puede emprender para manejar o sobrellevar el estrés. Estas acciones están diseñadas para ayudar a la persona a enfrentar las demandas estresantes y reducir sus efectos negativos. Pueden incluir buscar apoyo social, realizar ejercicio físico, practicar técnicas de relajación como la meditación o yoga, entre otras. Estas estrategias son vitales para mantener un equilibrio emocional y físico durante períodos de estrés (Barraza, 2007).

A continuación, se presentará la teoría, el marco conceptual de la procrastinación académica y sus dimensiones.

Según la teoría de la procrastinación académica de Busko (1998), plantea que el perfeccionismo, con su búsqueda incansable de la perfección en las tareas académicas, puede desencadenar la postergación de estas tareas al percibir la culminación perfecta como imposible. Asimismo, señala que la procrastinación

puede, a su vez, intensificar la necesidad de perfección en un ciclo retroalimentado. Este modelo busca mostrar cómo estos dos constructos están interconectados de forma recíproca, influyéndose mutuamente y cómo diversos factores externos también influyen en esta relación.

La procrastinación académica es un fenómeno complejo que ha sido objeto de estudio desde múltiples enfoques, incluyendo el enfoque psicológico, que se centra en los procesos emocionales y cognitivos que subyacen a esta conducta. Según Dominguez-Lara (2016), este enfoque psicológico destaca que la procrastinación académica es el resultado de una falla en los procesos de autorregulación que impiden una adecuada organización y manejo del tiempo, llevando a la postergación de tareas académicas.

Procrastinación académica se refiere al acto de posponer o retrasar intencionadamente tareas o actividades que deben realizarse, a menudo en favor de hacer cosas menos importantes o placenteras en su lugar (Busko, 1998). No obstante, la procrastinación académica es un comportamiento recurrente que se define por aplazar de manera intencional tareas que necesitan ser realizadas en un plazo específico. Este aplazamiento de actividades está relacionado con aspectos conductuales, incluyendo baja autoestima, escasa confianza en uno mismo, carencia de autorregulación, sentimientos de depresión, desorganización, y, en ocasiones, tendencias perfeccionistas, impulsividad disfuncional y ansiedad (Otero-Potosi et al., 2023).

En otras palabras, la procrastinación académica implica retrasar tareas y responsabilidades académicas, y está influenciada no sólo por las capacidades de autorregulación individual sino también significativamente por circunstancias estresantes externas que desafían la regulación del estado de ánimo y aumentan la vulnerabilidad a la procrastinación (Sirois, 2023). En tal sentido, la procrastinación se refiere al acto de posponer o retrasar una tarea que debe ser realizada, aunque tengo plena conciencia de los efectos adversos que ello acarrearía (Dan y Benovich, 2023). Es decir, la procrastinación emerge como un tema relevante que aborda la inclinación de retrasar tareas de alta importancia,

mientras que se otorga prioridad a actividades de menor urgencia, que pueden carecer de relevancia o utilidad (Otero-Potosi et al., 2023).

La postergación de actividades implica retrasar intencionalmente la realización de tareas o actividades que han sido asignadas o que se deben completar. Es una conducta en la que se pospone la ejecución de estas tareas, a menudo por la percepción de que se pueden hacer más adelante. Sin embargo, esta conducta de postergar puede generar consecuencias negativas como estrés, ansiedad, disminución de la autoeficacia y otros efectos perjudiciales (Busko, 1998).

La autorregulación académica se refiere al proceso que una persona lleva a cabo para establecer por sí misma metas de aprendizaje prioritarias. Esto implica la continua comprensión, gestión y dirección de sus propios pensamientos, motivación y comportamientos para avanzar en su actividad académica. Es un proceso que involucra la autoevaluación, el establecimiento de metas, la planificación y la adaptación a medida que avanza en su trayectoria académica (Busko, 1998).

### **III. METODOLOGÍA**

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

El tipo de investigación será aplicada, porque considera la aplicación práctica de los conocimientos teóricos generados a través de la investigación básica para resolver problemas (CONCYTEC, 2020).

Este estudio será de diseño no experimental y transversal, el cual no implica la alteración intencionada de variables o el cambio del entorno donde se efectuó el estudio; asimismo, es crucial resaltar que toda la investigación se ejecutará en un momento particular (Arias, 2018).

Por otro lado, la investigación tendrá un alcance correlacional, centrado en la descripción y medición de la relación entre dos distintas variables (Ñaupas et al., 2018). Adicionalmente, la investigación será de enfoque cuantitativo, porque considera la recopilación de datos numéricos con el fin de abordar los objetivos planteados en el marco del análisis (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

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

##### **Variable 1:** Adicción a internet

Definiremos la adicción a internet como la incapacidad de una persona para controlar de manera adecuada la cantidad de tiempo y frecuencia con la que utiliza Internet, lo que puede generar un impacto adverso en diversas partes de su vida cotidiana y bienestar (Lam-Figueroa et al., 2011).

También, indicaremos la definición operacional, donde las puntuaciones se generan utilizando la Escala de Adicción a Internet de Lam-Figueroa et al. (2011), pero adaptado por Manrique (2020), esta escala consta de 11 preguntas separadas en dos categorías diferentes, cada una con niveles que van desde bajo, medio y hasta alto.

Los indicadores se describen como tolerancia, abstinencia, falla en control, recaída, problemas académicos, familia y de relaciones interpersonales. Adicionalmente, la escala estará representada por ser ordinal.

## **Variable 2: Estrés académico**

Definiremos el estrés como aquella situación estresante que se experimenta dentro del entorno académico que afecta al estudiante, generando problemas de salud y desequilibrio en su bienestar al percibir estas circunstancias como amenazantes (Barraza, 2007).

También, indicaremos la definición operacional, donde las calificaciones se generan utilizando el inventario de SISCO de estrés académico adaptado por Quito (2019), pero presentado por Estela (2023). Esta herramienta de medición consta de 29 preguntas y se divide en tres categorías con niveles que varían desde bajo hasta moderado y alto.

Los indicadores se describen como actividades escolares, situaciones negativas, síntomas físicos, síntomas psicológicos, síntomas comportamentales y conductas de equilibrio. Adicionalmente, la escala estará representada por ser ordinal.

## **Variable 3: Procrastinación académica**

Definiremos la procrastinación como al acto de posponer o retrasar intencionadamente tareas o actividades que deben realizarse, a menudo en favor de hacer cosas menos importantes o placenteras en su lugar (Busko, 1998).

También, indicaremos la definición operacional, donde las puntuaciones se generan utilizando la Escala de procrastinación adaptada por Dominguez-Lara (2016), esta escala consta de 12 preguntas separadas en dos categorías diferentes, cada una con niveles que van desde bajo, medio y hasta alto.

Los indicadores se describen como retraso de actividades y tareas encomendadas, y dificultad en el establecimiento de objetivos de aprendizaje. Adicionalmente, la escala estará representada por ser ordinal.

### **3.3. Población, muestra y muestreo**

La población considerado como un grupo total de componentes que comparten un grupo específico de características determinadas (Hernández-

Sampieri y Mendoza, 2018). Según INEI, (2023) sostiene una tasa de asistencia escolar a educación secundaria durante el primer semestre del año. Por lo tanto, la población en este caso serán todos los adolescentes que tienen entre 12 y 17 años y se encuentran en un contexto de estudio relacionado con la asistencia escolar. Por lo tanto, la población de estudiantes tendrá un aproximado de 859 alumnos entre 12 a 17 años.

Se indicará los criterios de inclusión que serán estudiantes matriculados activamente en una institución educativa de S.J.L durante el período de estudio, que están cursando estudios en niveles de secundaria, y que han dado su aprobación para ser partícipes de este estudio.

Se indicará los criterios de exclusión que serán alumnos que no registren actualmente como matriculados en la institución educativa de S.J.L, que se encuentran en un nivel educativo diferente al de secundaria, que han cambiado de institución educativa y ya no están en S.J.L, y que han abandonado la institución educativa antes del período de estudio.

La referencia a una muestra se utiliza para describir un subconjunto de personas, elementos o unidades de análisis que han sido seleccionados de manera representativa de una población más amplia (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018). Asimismo, Arafat et al. (2016) sugieren que una muestra de 349 participantes se considera adecuada para una muestra en selección.

No obstante, siguiendo esta recomendación, la investigación seleccionó una muestra de 349 estudiantes de secundaria, cumpliendo con el criterio establecido para un tamaño de muestra adecuado.

La investigación estará representada por un muestreo no probabilístico por conveniencia. Este método se centra en la accesibilidad del participante, pero es importante tener en cuenta que no brinda una base sólida para generalizar los resultados (Ñaupas et al., 2018).

**Tabla 1.**

Características sociodemográficas de la muestra (N=349)

Sexo	Frecuencia	Porcentaje
Masculino (1)	164	46.99
Femenino (2)	185	53.01

Edad	Frecuencia	Porcentaje
12	66	18.9
13	25	7.16
14	110	31.45
15	9	2.58
16	79	22.64
17	60	17.19
Total	349	100.0

*Nota: N=tamaño de muestra, f=cantidad, %=porcentaje.*

En la tabla 1. Se puede evidenciar que existe una muestra de 349 estudiantes de nivel secundaria de entidades educativas de San Juan de Lurigancho, donde se evidencia que existe 46.99% masculino y 53.01% de sexo femenino, dentro de las edades el 18.9% tienen 12 años, el 7.16% 13 años, 31.45% tienen 14 años, 2.58% tienen 15 años, el 22.64% tienen 16 años y el 17.19% tienen 17 años de edad.

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

Se tendrá en cuenta la encuesta como la técnica debido a su eficacia y rapidez para obtener información de manera efectiva (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018). Además, indican que, los instrumentos de recolección de datos son herramientas o medios utilizados para obtener información en el proceso de investigación.

En base a lo antes explicado, para medir la primera variable de adicción a internet, se considerará la Escala de Adicción a Internet de Lam-Figueroa et al. (2011) (Véase al anexo 2).

## Ficha técnica 1

Nombre de la escala:	Escala de Adicción a Internet
Autores y año:	Lam-Figueroa et al. (2011)
Procedencia:	Lima
Objetivo:	Realizar la medición acerca de adicción a internet
Aplicación	Adolescentes
Tiempo:	Aproximadamente 10 minutos
Estructura:	La escala posee 2 dimensiones: <ol style="list-style-type: none"><li>1. Sintomatología de la adicción</li><li>2. Disfuncionalidad por la adicción</li></ol>
Ítems:	11 ítems
Alternativas:	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Muy rara vez</li><li>2. Rara vez</li><li>3. A menudo</li><li>4. Siempre</li></ol>

De acuerdo con Lam-Figueroa et al. (2011) determinaron una validez de estructura interna por medio de un AFE un valor de  $KMO = ,851$ ; y una prueba de Bartlett de 0,000. Por otro lado, identificaron un valor de confiabilidad total por medio de un Alfa de Cronbach de 0,84. Asimismo, para reforzar la confiabilidad de la escala, está tuvo una confiabilidad de  $\alpha = ,802$  en una prueba piloto presentada por Manrique (2020).

Asimismo, para medir la segunda variable de estrés académico, se considerará el Inventario de SISCO de Barraza (2007); a su vez, se hará uso de la adaptación de Quito (2019), pero será presentado por Estela (2023) (Véase al anexo 2).

## Ficha técnica 2

Nombre de la escala:	Inventario de SISCO
Autores y año:	Barraza (2007)
Procedencia:	México
Adaptación al contexto peruano:	Adaptado por Quito (2019)
Objetivo:	Realizar la medición acerca del estrés académico
Aplicación	Adolescentes
Tiempo:	Aproximadamente 20 minutos
Estructura:	La escala posee 3 dimensiones: <ol style="list-style-type: none"><li>1. Estímulos estresores</li><li>2. Síntomas</li><li>3. Estrategias de afrontamiento</li></ol>
Ítems:	29 ítems
Alternativas:	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Nunca</li><li>2. Rara vez</li><li>3. Algunas veces</li><li>4. Casi siempre</li><li>5. Siempre</li></ol>

En cuando a su validez, Barraza (2007) determinó una validez de estructura interna por medio de un AFE un valor de  $KMO= ,762$ ; y una prueba de Bartlett de 0,000. Por otro lado, identificó un valor de confiabilidad total  $\alpha= ,600$  y  $\alpha= ,900$ . Asimismo, en el contexto peruano, Quito (2019) determinó un AFC aceptable de  $x^2/gl= 2.98$ ;  $CFI= ,921$ ;  $GFI= ,924$ ;  $RMSEA= 0,045$ ; además, identificó una confiabilidad de Alfa de Cronbach de 0.918.

Por otra parte, para medir la tercera variable de procrastinación académica, se considerará la Escala de Procrastinación de Busko (1998); a su vez, se hará uso de la adaptación de Dominguez-Lara (2016) (Véase al anexo 2).

### Ficha técnica 3

Nombre de la escala:	Escala de Procrastinación
Autores y año:	Busko (1998)
Procedencia:	Canadá
Adaptado al contexto peruano:	Dominguez-Lara (2016)
Objetivo:	Realizar la medición acerca de la procrastinación
Aplicación	Adolescentes
Tiempo:	Aproximadamente 10 minutos
Estructura:	La escala posee 2 dimensiones: <ol style="list-style-type: none"><li>1. Postergación de actividades</li><li>2. Autorregulación académica</li></ol>
Ítems:	12 ítems
Alternativas:	<ol style="list-style-type: none"><li>5. Nunca</li><li>6. Pocas veces</li><li>7. A veces</li><li>8. Casi siempre</li><li>9. Siempre</li></ol>

En cuanto a su validez, Busko (1998) identificó una validez de estructura interna por medio de un AFE un valor de  $KMO = ,820$ ; y una prueba de Bartlett de  $0,000$ ; y, a su vez, reportó una confiabilidad de  $\alpha = ,820$ . En cuanto a su validez en el contexto peruano, Dominguez-Lara (2016) determinaron una validez de estructura interna por medio de un AFE un valor de  $KMO = ,957$ ; y una prueba de Bartlett de  $0,000$ . Por otro lado, identificó un valor de confiabilidad total por medio de  $\alpha = ,900$ .

### **3.5. Procedimiento**

Para llevar a cabo la investigación, se seguirá un proceso inicial. Se presentaron temas tentativos, y el asesor de tesis de la Universidad Cesar Vallejo aprobó el tema seleccionado debido a su carácter novedoso y su relevancia para la comunidad educativa. Posteriormente, se solicitará la debida autorización de los autores de los instrumentos utilizados. Este proceso de autorización se realizó a través de mensajes de correo electrónico, indicando la finalidad académica e investigativa de la utilización de las escalas de medición de las variables establecidas en el estudio. Además, se gestionará la autorización de los respectivos directivos de una institución educativa para llevar a cabo la ejecución de los instrumentos de evaluación de manera presencial. Se solicitará también el consentimiento informado y el asentimiento de los padres de familia antes de proceder con la administración de los cuestionarios. Adicionalmente, se llevará a cabo una validez de contenido por medio de tres jueces expertos (Véase anexo 4); luego, la confiabilidad pertinente de los instrumentos por medio de una prueba piloto a escolares de secundaria de San Juan de Lurigancho.

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

Inicialmente, para determinar los resultados de la validez de contenido y confiabilidad por prueba piloto será presentado por el traslado de los resultados al programa Microsoft Excel y al programa Jamovi para su procesamiento y análisis de resultados anteriormente mencionados. Seguidamente, se procederá a realizar la aplicación de los instrumentos al grupo de muestra específica para luego ser representada a través de un resultado descriptivo de las frecuencias de las variables y dimensiones del estudio por medio de una presentación de tablas; y, a su vez, para los resultados inferenciales presentados en las hipótesis. Cabe destacar que, se efectuará una prueba de normalidad, con el fin de dar luz a una posible distribución de datos no normal o normal; para así, considerar el uso de una prueba no paramétrica de Pearson o paramétrica de Rho de Spearman (Hernández-Sampieri y Mendoza-Torres, 2018).

### **3.7. Aspectos éticos**

En el contexto de este estudio, se asegurará la confidencialidad de los resultados obtenidos, con el propósito de prevenir cualquier manipulación o filtración. Esto garantiza un tratamiento ético de la información y preserva la privacidad de los estudiantes y contribuyendo a generar confianza en los resultados. Según el Colegio de psicólogos del Perú (2017), en línea con los estándares éticos profesionales, se enfatiza que la participación de los estudiantes fue completamente voluntaria; también, es importante señalar que no hubo ningún conflicto de interés.

Asimismo, según la Resolución del Consejo Universitario N° 0470-2022/UCV (2022), se consideraran aspectos fundamentales de uno de los principales puntos a destacar es el respeto por los derechos de autor, asegurando la correcta citación de todos los autores a fin de evitar cualquier indicio de plagio; además, para la utilización del cuestionario, se ha contactado a los autores de la prueba para obtener el permiso de adaptación y modificación, lo cual se ha realizado con su autorización y consentimiento.

Finalmente, En la Universidad César Vallejo, se enfatiza la importancia de la autenticidad en la investigación y se señala la gravedad del plagio, que consiste en atribuirse de forma indebida trabajos, obras o ideas ajenas, total o parcialmente. Con el fin de prevenir esta conducta, se requiere que los investigadores hagan referencia adecuada a las fuentes que consultan en sus trabajos, respetando las normas de publicación internacionales y aquellas establecidas por la propia universidad (Resolución del Consejo Universitario N° 0470-2022/UCV, 2022).

#### IV. RESULTADOS

**Tabla 2.**

Prueba de normalidad a través del estadístico Kolmogorov Smirnov

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	Estadístico	gl	Sig.
Adicción a internet	0.070	349	0.000
Sintomatología de la adicción	0.075	349	0.000
Disfuncionalidad por la adicción	0.177	349	0.000
Estrés	0.083	349	0.000
Estímulos estresores	0.088	349	0.000
Síntomas	0.090	349	0.000
Estrategias de afrontamiento	0.069	349	0.000
Procrastinación académica	0.068	349	0.001
Postergación de actividades	0.107	349	0.000
Autorregulación académica	0.069	349	0.000

a. Corrección de significación de Lilliefors

En esta tabla 2 se evidencia que los datos obtenidos de acuerdo a la prueba k-s los niveles de significancia menores a 0.05, con estos resultados se corrobora que los datos siguen una distribución no normal. Por lo tanto, se usó el estadístico no paramétrico de correlación de Spearman.

**Tabla 3.***Correlación entre la adicción a internet, estrés y procrastinación académica*

		Estrés	Procrastinación académica
Adicción a internet	Coeficiente de correlación	,110*	-,175**
	Sig. (bilateral)	0.039	0.001
	N	349	349
Estrés	Coeficiente de correlación		,320**
	Sig. (bilateral)		0.000
	N		349

En la tabla 3 se aprecia entre la adicción a internet y estrés una correlación directa estadísticamente significativa ( $r = ,110$ ;  $p < 0.05$ ) de nivel muy baja. En la segunda variable adicción a internet y procrastinación académica se obtiene una correlación inversa estadísticamente significativa ( $r = -,175$ ;  $p < 0.05$ ) de nivel muy baja. En la tercera correlación de estrés y procrastinación académica se observa correlación directa estadísticamente significativa ( $r = ,320$ ;  $p < 0.000$ ) de nivel baja. Presentando evidencias suficientes para rechazar la hipótesis nula (Revollar y Campos, 2015).

**Tabla 4.**

Niveles de adicción a internet

	Frecuencia	Porcentaje
BAJO	88	25.2
MEDIO	110	31.5
ALTO	151	43.3
Total	349	100.0

En la tabla 4 podemos evidenciar el 43.3% de los estudiantes presentó niveles altos de adicción a internet, por otro lado, el 31.5 % nivel medio y solo el 25.2% de los adolescentes tiene un menor porcentaje.

**Tabla 5.**

Niveles de estrés

	Frecuencia	Porcentaje
BAJO	95	27.2
MEDIO	85	24.4
ALTO	169	48.4
Total	349	100.0

En la tabla 5 se visualiza un alto porcentaje de estrés 48.8%, también el 24.4% de adolescentes se encuentra en un nivel medio y el 27.2% de los adolescentes se encuentra en un nivel bajo.

**Tabla 6.**

Niveles de procrastinación académica

	Frecuencia	Porcentaje
BAJO	90	25.8
MEDIO	88	25.2
ALTO	171	49.0
Total	349	100.0

En la tabla 6 se evidencia un porcentaje de 49.0% en procrastinación académica siendo alto, por otro lado, solo el 25.2% presenta un nivel medio de procrastinación y el 25.8% se encuentra en un nivel bajo.

**Tabla 7.**

Correlación entre las dimensiones adicción a internet y estrés

		Estímulos estresores	Síntomas	Estrategias de afrontamiento
Sintomatología de la adicción	Coefficiente de correlación	0.101	,119*	-0.085
	Sig. (bilateral)	0.049	0.026	0.115
	N	349	349	349
Disfuncionalidad por la adicción	Coefficiente de correlación	0.077	0.070	-0.088
	Sig. (bilateral)	0.150	0.192	0.101
	N	349	349	349

En la tabla 7 se percibe que las dimensiones de adicción a internet y de estrés, se encontraron una ( $p < 0.05$ ) existiendo correlación con adicción a internet con estímulos estresores ( $r = 0.101$ ), síntomas ( $r = 0.119$ ) siendo correlaciones directas y estrategias de afrontamiento teniendo una significancia mayor a 0.05 no existiendo correlación. Por otro lado, con la dimensión disfuncionalidad por adicción con las dimensiones de estrés tiene una significancia mayor de 0.05, no existiendo correlación.

**Tabla 8.**

Correlación entre las dimensiones adicción a internet y procrastinación académica.

		Sintomatología de la adicción	Disfuncionalidad por la adicción
Postergación de actividades	Coeficiente de correlación	-0.017	-0.102
	Sig. (bilateral)	0.748	0.058
	N	349	349
Autorregulación académica	Coeficiente de correlación	-,153**	-,273**
	Sig. (bilateral)	0.004	0.000
	N	349	349

En la tabla 8 se presenta la dimensión de autorregulación académica tiene una correlación inversa con la dimensión sintomatología de la adicción ( $r=-,153$ ;  $p<0.05$ ) siendo estadísticamente significativa. Asimismo, la dimensión de autorregulación académica tiene una correlación inversa estadísticamente significativa con la dimensión disfuncionalidad por la adicción ( $r=-,273$ ;  $p<0.05$ ). Por otro lado, en la dimensión postergación de actividades no es estadísticamente significativa por tener una significancia mayor a 0.05 con las dimensiones sintomatología de la adicción y disfuncionalidad por la adicción.

**Tabla 9.**

Correlación entre las dimensiones de estrés y procrastinación académica.

		Postergación de actividades	Autorregulación académica
Estímulos estresores	Coeficiente de correlación	,301**	,229**
	Sig. (bilateral)	0.000	0.000
	N	349	349
Síntomas	Coeficiente de correlación	,231**	,128*
	Sig. (bilateral)	0.000	0.016
	N	349	349
Estrategias de afrontamiento	Coeficiente de correlación	,281**	,282**
	Sig. (bilateral)	0.000	0.000
	N	349	349

En la tabla 9 se presenta las dimensiones estímulos estresores y postergación de actividades presentando correlación directa estadísticamente significativa ( $r=,301$ ;  $p<0.05$ ). Igualmente, las dimensiones de estímulos estresores y autorregulación académica ( $r=,229$ ;  $p<0.05$ ) tiene una correlación directa estadísticamente significativa. De igual forma, la segunda dimensión síntomas tiene una correlación directa estadísticamente significativa con postergación de actividades ( $r=,231$ ;  $p<0.05$ ). De igual forma, la dimensión síntomas con la autorregulación académica es estadísticamente significativa ( $r=,128$ ;  $p<0.05$ ). Por último, la tercera dimensión estrategias de afrontamiento tiene una correlación directa estadísticamente significativa con las dimensiones postergación de actividades ( $r=,281$ ;  $p<0.05$ ) y autorregulación académica ( $r=,282$ ;  $p<0.05$ ).

## V. DISCUSIÓN

Este estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre la adicción a internet, estrés y procrastinación académica en estudiantes de secundaria, obteniendo como resultado ( $r = ,110$ ;  $p < 0.05$ ) entre la adicción a internet y estrés. Estos hallazgos trabajaron con las mismas variables, apoyan los resultados de Sriati et al. (2022) quienes concluyeron que existe relación positiva ( $Rho = ,331$ ;  $p < ,000$ ). Del mismo modo, Subu et al. (2022), determinaron que existe relación positiva ( $Rho = ,345$ ;  $p < ,000$ ). Asimismo, Feng et al. (2019), afirman que existe relación positiva, ya que identificaron un ( $Rho = ,220$ ;  $p < ,000$ ). En la segunda variable adicción a internet y procrastinación académica se obtiene una correlación inversa ( $r = -,175$ ;  $p < 0.05$ ). Este resultado se asemeja, en área internacional (Malyshev y Arkhipenko 2019; Hamidi et al. 2015) indican que se evidencia relación positiva entre la adicción a internet y la procrastinación académica. De igual manera en el plano nacional (Rodas-Quispe 2022; Mendoza 2022) también indican que hay una relación, quiere decir a medida que aumenta la adicción a internet, también incrementa la procrastinación. En la tercera correlación de estrés y procrastinación académica se observó una correlación ( $r = ,320$ ;  $p < 0.000$ ) no tiene antecedentes. En base a los resultados se pueda contrastar la información según Ajzen y Madden (1986) la adicción al Internet influye en la actitud de los individuos hacia el uso compulsivo de la red. Recalcando la teoría de Barraza (2007) el estrés se activa a un estímulo y esta percepción desequilibra su organismo, desatando síntomas típicos de estrés. Por último, Busko (1998), la procrastinación puede buscar perfeccionismo generando postergación en las tareas influyendo factores externos como internos.

El primer objetivo específico determinar los niveles de adicción a internet en estudiantes de secundaria, teniendo como resultado que 43.3% de los adolescentes presentan un nivel alto de adicción a internet, por otro lado, el 31.5 % nivel medio y solo el 25.2% de los adolescentes tiene un menor porcentaje. Por el contrario, Sriati et al. (2022) el uso de Internet en los adolescentes fue normal 51,1% y de dependencia leve 39,7%, pudiendo apreciar que en estos últimos años la adicción a internet ha incrementado siendo desfavorable para la población adolescente. Refiere Lam-Figueroa et al., (2011) que los síntomas a la adicción

pueden incluir bajo control en el tiempo que se usa el internet, provocando efectos negativos como problemas escolares, dificultades en las relaciones interpersonales y conflictos familiares.

En el segundo objetivo específico determinar los niveles de estrés académico en estudiantes de secundaria obteniendo alto de estrés 48.8%, el 24.4% de adolescentes se encuentra en un nivel medio y el 27.2% de los adolescentes se encuentra en un nivel bajo. Por otro lado, Fernández (2021) tuvo un grado moderado en el 58,33%, grado leve en 35% y grado severo solo en el 6,67% del total. Con respecto a ello, Deng et al. (2022) define el estrés académico como una tensión física y emocional en respuesta a las presiones asociadas con su entorno educativo y tareas académicas.

En el tercer objetivo específico determinar los niveles de procrastinación académica en estudiantes de secundaria se evidencia un porcentaje de 48.4% en procrastinación académica siendo alto, solo el 25.2% presenta un nivel medio de procrastinación y el 25.8% se encuentra en un nivel bajo. Choquecota y Barrantes (2019) difiere en sus resultados de procrastinación donde el 88,51 % nivel medio, el 10,92% representa un nivel bajo, y el 0,57 % evidencia un nivel alto. Contrastando con lo que dice Domínguez-Lara (2016) en la procrastinación académica existen el enfoque psicológico, es el resultado de una falla en los procesos de autorregulación que impiden una adecuada organización y manejo del tiempo, llevando a la postergación de tareas académicas.

En el cuarto objetivo determinar la relación entre las dimensiones de la adicción a internet y estrés, se encontraron una ( $p < 0.05$ ) existiendo correlación con adicción a internet con estímulos estresores ( $r = .101$ ), síntomas ( $r = .119$ ) siendo correlaciones directas y estrategias de afrontamiento teniendo una significancia mayor a 0.05 no existiendo correlación. Por otro lado, con la dimensión disfuncionalidad por adicción con las dimensiones de estrés tiene una significancia mayor de 0.05, no existiendo correlación. Estos resultados se asemejan con Fernández (2021) en las dimensiones de estresores, síntomas con adicción al internet obteniendo ( $p < 0.05$ ), por otro lado, no coincide en la dimensión de estrategias de afrontamiento obteniendo ( $p < 0.05$ ) lo que indica que en las tres

dimensiones son estadísticamente significativa. Además Lam-Figueroa et al., (2011) que la adicción a internet puede llevar a consecuencias adversas en la salud física y emocional es decir la carencia de estrategias para enfrentar el estrés podría aumentar la predisposición a desarrollar adicción a internet.

En el quinto objetivo específico determinar la relación entre las dimensiones de la adicción a internet y procrastinación académica obtiene como resultado autorregulación académica con la dimensión sintomatología de la adicción ( $r=-,153$ ;  $p<0.05$ ). Asimismo, la dimensión de autorregulación con la dimensión disfuncionalidad para el estrés ( $r=-,273$ ;  $p<0.05$ ). Por otro lado, en la dimensión postergación de actividades no es estadísticamente significativa por tener una significancia mayor a 0.05 con las dimensiones sintomatología de la adicción y disfuncionalidad por la adicción. Estos resultados guardan relación con (Mendoza, 2022), las cuatro dimensiones de adicción a internet tolerancia ( $p < ,000$ ), uso excesivo, abstinencia consecuencias negativas con procrastinación académica siendo muy significativa ( $p < .01$ ). También Busko (1998) se refiere al proceso que una persona lleva a cabo para establecer por sí misma metas de aprendizaje prioritarias. Asimismo, (Feng et al., 2019) se refiere muestran una dependencia excesiva y compulsiva hacia el uso de Internet, teniendo un efecto adverso en su motivación para el aprendizaje.

En el sexto objetivo específico determinar la relación entre las dimensiones de estrés y las dimensiones de la procrastinación académica se observa que la dimensión estímulos estresores y postergación de actividades ( $r=,301$ ;  $p<0.05$ ). Igualmente, la dimensión estímulos estresores y autorregulación académica ( $r=,229$ ;  $p<0.05$ ). De igual forma, con la segunda dimensión síntomas y postergación de actividades ( $r=,231$ ;  $p<0.05$ ). De igual forma, con síntomas de la autorregulación académica ( $r=,128$ ;  $p<0.05$ ). Por último, la tercera dimensión estrategias de afrontamiento con las dimensiones postergación de actividades ( $r=,281$ ;  $p<0.05$ ) y autorregulación académica ( $r=,282$ ;  $p<0.05$ ). Acotando Ajzen y Madden (1986) sostienen que, la esencia de la teoría de la acción razonada radica en desentrañar las acciones humanas, basándose en cómo el individuo se inclina hacia la realización de ciertas conductas y su actitud hacia ellas. También Barraza (2007), basándose en el enfoque sistémico considera a las personas como parte

de sistemas interconectados extensos, donde las interacciones entre las partes del sistema repercuten en el comportamiento y las experiencias de los individuos.

## VI. CONCLUSIONES

PRIMERA: En relación con la adicción a internet, estrés y procrastinación académica, se descubrió una correlación directa y estadísticamente significativa entre la adicción a internet y el estrés. Por otra parte, se identificó relación inversa entre la adicción a internet y la procrastinación. Además, entre el estrés y la procrastinación se indica que se encontró una relación estadísticamente significativa en las dimensiones. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula.

SEGUNDA: El primer objetivo específico reveló un 43.3% de los adolescentes mostraron alto nivel de adicción a internet. Además, un 31.5% de ellos alcanzó un nivel medio de adicción, mientras que un porcentaje menor, el 25.2%, presentó niveles bajos.

TERCERA: El segundo objetivo específico con respecto a los niveles de estrés obtuvimos el 48.8% de los adolescentes presentan niveles altos de estrés, el 24.4% obtuvo nivel medio y un nivel bajo el 25.2% de adolescentes.

CUARTA: El tercer objetivo específico, se evidencia que procrastinación académica obtuvo un nivel elevado de 48.4% en adolescentes, el 25.2% obtuvo nivel medio y un nivel bajo el 25.8% de adolescentes.

QUINTA: En el cuarto objetivo específico se halló una relación estadísticamente significativa entre la dimensión de sintomatología de la adicción y los estímulos estresores y síntomas. Sin embargo, no se observó ninguna relación con las estrategias de afrontamiento. Asimismo, no se encontró correlación entre la dimensión de disfuncionalidad por adicción y las dimensiones de estrés.

SEXTA: En el quinto objetivo específico se evidenció una relación estadísticamente relevante entre las dimensiones de autorregulación y adicción a internet. En contraste, la dimensión de postergación de actividades no mostró relación relevante con la dimensión de adicción.

SÉPTIMA: Finalmente el sexto objetivo específico, las dimensiones del estrés con las dimensiones de procrastinación académicas tienen una correlación estadísticamente significativa.

## **VII. RECOMENDACIONES**

PRIMERA: Se sugiere llevar a cabo investigaciones con una población diferente, dado que hay pocos estudios previos que examinen la correlación entre estas tres variables. Esto permitiría determinar si hay diferencias significativas o igualdad en las respuestas encontradas.

SEGUNDA Se sugiere llevar a cabo estudios sobre las pruebas psicométricas relacionadas con la adicción a internet, el estrés y la procrastinación académica para evaluar si es necesario actualizarlas. Esto permitiría implementar mejoras con la intención de adquirir resultados concisos.

TERCERA: Es recomendable, continuar estudios con las mismas variables y con un instrumento diferente para observar si hay diferencias significativas

CUARTA: Por último, se podrían implementar talleres que utilicen técnicas de estudio dirigidas a los estudiantes, con el fin de reducir la procrastinación y también mitigar o prevenir las manifestaciones de estrés.

## REFERENCIAS

- Ajzen, I., & Madden, T. (1986). Prediction of goal-directed behavior: Attitudes, intentions, and perceived behavioral control. *Journal of Experimental Social Psychology*, 22(5), 453–474. [https://doi.org/10.1016/0022-1031\(86\)90045-4](https://doi.org/10.1016/0022-1031(86)90045-4)
- Arafat, Y., Rahman, H., Qusar, S., & Hafez, M. (2016). Cross cultural adaptation and psychometric validation of research instruments: A methodological review. *Journal of Behavioral Health*, 5(3), 129–136. <https://doi.org/10.5455/jbh.20160615121755>
- Arias, J. (2018). *Proyecto de tesis: guía para la elaboración*. Agogocursos. <http://hdl.handle.net/20.500.12390/2236>
- Barraza, A. (2007). Estrés académico: un estado de la cuestión. *Psicología Científica*, 1–13. [https://www.academia.edu/12531664/Estrés\\_académico\\_un\\_estado\\_de\\_la\\_cuestión](https://www.academia.edu/12531664/Estrés_académico_un_estado_de_la_cuestión)
- Barrett, P. (2007). Structural equation modelling: Adjudging model fit. *Personality and Individual Differences*, 42(5), 815–824. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.09.018>
- Bedón, J. (2023). *Procrastinación académica y riesgo de adicción a las redes sociales e internet en estudiantes de bachillerato* [Tesis de licenciatura, Universidad Técnica de Ambato]. <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/38600>
- Busko, D. (1998). *Causes and consequences of perfectionism and procrastination: a structural equation model* [Tesis de maestría, Universidad de Gueph]. <https://atrium.lib.uoguelph.ca/handle/10214/20169>
- Choquecota, M., & Barrantes, R. (2019). *Adicción a internet y procrastinación académica en estudiantes de 4to y 5to grado de nivel secundaria del Colegio Adventista Túpac Amaru, Juliaca 2019* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Unión]. <http://hdl.handle.net/20.500.12840/2667>

- Chura, G., Calderón, S., Castro, M., & Verástegui, A. (2021). Procrastinación académica: un estudio descriptivo con estudiantes de secundaria. *Apuntes Universitarios*, 11(4), 40–59. <https://doi.org/10.17162/au.v11i4.759>
- Colegio de psicólogos del Perú. (2017). *Código de ética y deontología*. Concejo directivo nacional. <https://doi.org/10.5294/pebi.2018.22.2.3>.
- Consejo Nacional de ciencia, Tecnología e innovación tecnológica, [CONCYTEC]. (2020). *Guía práctica para la formulación y ejecución de Proyectos de investigación y desarrollo (I + D)*. 1–11. [https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/1423550/GUÍA PRÁCTICA PARA LA FORMULACIÓN Y EJECUCIÓN DE PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN Y DESARROLLO-04-11-2020.pdf.pdf](https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/1423550/GUÍA_PRÁCTICA_PARA_LA_FORMULACIÓN_Y_EJECUCIÓN_DE_PROYECTOS_DE_INVESTIGACIÓN_Y_DESARROLLO-04-11-2020.pdf.pdf)
- Dan, O., & Benovich, Y. (2023). Academic Procrastination and Perceptions of Academic Success in Israeli High-School Students. *Psychology*, 14, 1413–1425. <https://doi.org/10.4236/psych.2023.148080>
- De La Cruz, G. (2022). *Salud mental y adicción al internet en adolescentes de una I.E.E en Sullana* [Tesis de licenciatura, universidad Privada Antenor Orrego]. <https://hdl.handle.net/20.500.12759/9725>
- Deng, Y., Cherian, J., Khan, N., Kumari, K., Sial, M., Comite, U., Gavurova, B., & Popp, J. (2022). Family and Academic Stress and Their Impact on Students' Depression Level and Academic Performance. *Frontiers in Psychiatry*, 13(7), 1–13. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.869337>
- Dominguez-Lara, S. (2016). Datos normativos de la Escala de Procrastinación Académica en estudiantes de psicología de Lima. *Revista Evaluar*, 16(1), 1–11. <https://doi.org/10.35670/1667-4545.v16.n1.15715>
- Estela, G. (2023). *Estrés escolar y procrastinación en estudiantes de quinto año de secundaria de la I.E. "Francisco Izquierdo Ríos", Morales, 2023* [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/119880>

- Feng, Y., Ma, Y., & Zhong, Q. (2019). The Relationship Between Adolescents' Stress and Internet Addiction: A Mediated-Moderation Model. *Frontiers in Psychology*, 10(October), 1–8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02248>
- Fernandez, W. (2021). *nivel de estrés por el uso indebido del internet en los adolescentes del nivel secundario del Colegio Cristo Amigo, Jose Gálvez Lima, 2020* [Tesis de licenciatura, Universidad de Huanuco]. <http://repositorio.udh.edu.pe/123456789/3215>
- Foster, S., Estévez-Lamorte, N., Walitza, S., Dzemaili, S., & Mohler-Kuo, M. (2023). Perceived stress, coping strategies, and mental health status among adolescents during the COVID-19 pandemic in Switzerland: a longitudinal study. *European Child and Adolescent Psychiatry*, 32(6), 937–949. <https://doi.org/10.1007/s00787-022-02119-y>
- Hair, J., Anderson, R., & Tatham, R. (1999). *Análisis multivariante* (5th ed.). Prentice Hall. <https://www.scribd.com/document/436344341/Analisis-Multivariante>
- Hamidi, F., Majid, N., & Nejafabadi, S. (2015). The Relationship between Internet Addiction and Academic Procrastination among Secondary School Students. *Samaneh Namaziyan Nejafabadi*, 1(3), 89–106. <https://doi.org/10.22054/jti.2015.1818>
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza-Torres, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGra-Hill. [http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales\\_de\\_consulta/Drogas\\_de\\_Abuso/Articulos/SampieriLasRutas.pdf](http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/SampieriLasRutas.pdf)
- Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI]. (2023). *El 87,2% de la población de 12 a 17 años de edad asistió a educación secundaria*. <https://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/peru-tiene-una-poblacion-de-9-millones-652-mil-ninas-ninos-y-adolescentes-al-primer-semester-del-presente-ano-11909/>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI]. (2021). *Se incrementó población que utiliza Internet a diario*.

<https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/se-incremento-poblacion-que-utiliza-internet-a-diario-12806/>

- Ishrat, S., Rauf, S., & Farooq, K. (2023). Academic stress among students of higher educational institutions in Karachi. *Revista de Investigación Educativa de Pakistán*, 6(2), 549–562. <https://doi.org/10.52337/pjer.v6i2.844>
- Kaczmarek, M., & Trambacz, S. (2021). School-related stressors and the intensity of perceived stress experienced by adolescents in Poland. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(22), 1–17. <https://doi.org/10.3390/ijerph182211791>
- Lam-Figueroa, N., Contreras-Pulache, H., Mori-Quispe, E., Nizama-Valladolid, M., Gutiérrez, C., Hinostroza-Camposano, W., Reyes, E., Hinostroza-Camposano, R., Coaquira-Condori, E., & Hinostroza-Camposano, W. (2011). Internet addiction: Development and validation of an instrument in adolescent scholars in Lima, Peru. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 28(3), 462–469. <https://doi.org/10.1590/S1726-46342011000300009>
- Lozano-Blasco, R., Latorre-Martínez, M., & Cortés-Pascual, A. (2022). Screen addicts: A meta-analysis of internet addiction in adolescence. *Children and Youth Services Review*, 135, 2–11. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2022.106373>
- Malyshev, I., & Arkhipenko, I. (2019). Interrelation between procrastination and Internet addiction in high school students in the context of risks of modern education. *SHS Web of Conferences*, 70, 1–6. <https://doi.org/10.1051/shsconf/20197008030>
- Manrique, M. F. (2020). *Adicción a internet y violencia escolar en adolescentes de Lima Norte, 2020* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/49270>
- Marsh, H., Hau, K., & Wen, Z. (2004). In search of golden rules: Comment on hypothesis-testing approaches to setting cutoff values for fit indexes and

- dangers in overgeneralizing Hu and Bentler's (1999) findings. *Structural Equation Modeling*, 11(3), 320–341. [https://doi.org/10.1207/s15328007sem1103\\_2](https://doi.org/10.1207/s15328007sem1103_2)
- Mendoza, N. (2022). *Adicción al internet y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de un plantel educativo de SJM en contexto de pandemia, 2021* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú]. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/2113>
- Naciones Unidas. (2019). *Internet, un sitio sin bondad para los jóvenes*. <https://news.un.org/es/story/2019/02/1450561>
- Ñaupas, H., Valdivia, M., Palacios, J., & Romero, H. (2018). *Metodología de la investigación. Cualitativa - cuantitativa y redacción de la tesis* (5ta ed.). Ediciones de la U. <https://universoabierto.org/2021/03/30/metodologia-de-la-investigacion-cuantitativa-cualitativa-y-redaccion-de-la-tesis/>
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2023). *Estrés*. <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/stress>
- Otero-Potosi, S., Casanova-Imbaquingo, L., Freire-Reyes, K., & Arichábalá-Vallejos, D. (2023). La Procrastinación: Una Exploración Teórica. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(3), 76–93. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v7i3.6065](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i3.6065)
- Pardo, E. (2022). *El estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de quinto de secundaria de una institución educativa Lima Norte 2021* [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/81639>
- Quito, N. (2019). *Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del Estrés Académico en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa pública del distrito de Breña – 2019* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/36627>

- Resolución del Consejo Universitario N° 0470-2022/UCV. (2022). *Resolución del código de ética en investigación*. 1–16. <https://es.scribd.com/document/509036811/Codigo-de-etica-en-Investigacion-UCV>
- Rodas-Quispe, I. (2022). Adicción al internet y la procrastinación académica. *Fronteras En Ciencias de La Educación*, 1(1), 35–44. <https://doi.org/10.58283/fs.v1i1.23>
- Rojas, J. (2023). *Madurez psicológica y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Federico Villarreal]. <https://hdl.handle.net/20.500.13084/7305>
- Sirois, F. (2023). Procrastination and Stress: A Conceptual Review of Why Context Matters. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(6), 1–15. <https://doi.org/10.3390/ijerph20065031>
- Sirois, F., Stride, C., & Pychyl, T. (2023). Procrastination and health: A longitudinal test of the roles of stress and health behaviours. *British Journal of Health Psychology*, 860–875. <https://doi.org/10.1111/bjhp.12658>
- Sriati, A., Lukman, M., & Agustina, H. S. (2022). Relation of Academic Stress Levels and Internet Addiction in Adolescents: A Cross-Sectional Study. *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences*, 18, 110–114. [https://medic.upm.edu.my/upload/dokumen/2022022317272322\\_0952.pdf](https://medic.upm.edu.my/upload/dokumen/2022022317272322_0952.pdf).
- Subu, M., Al-Yateem, N., Waluyo, I., Dias, J., Rahman, S., Ahmed, F., Murono, S., Ahamed, S., Saifan, A., Aprina, T., & Al Marzouqi, A. (2022). Relationship between Internet Addiction and Stress Levels among Adolescents in East Jakarta, Jakarta Province, Indonesia. *Proceedings - 2022 IEEE 46th Annual Computers, Software, and Applications Conference, COMPSAC 2022*, 1389–1392. <https://doi.org/10.1109/COMPSAC54236.2022.00219>
- Taber, K. (2018). The use of cronbach's alpha when developing and reporting research instruments in science education. *Research in Science Education*,

48(6), 1273–1296. <https://doi.org/10.1007/s11165-016-9602-2>

- Ti, Z., Zhang, L., & Yan, J. (2022). Analysis and Management of Academic Procrastination Behavior of Students with Internet Addiction. *Proceedings of the 4th International Seminar on Education Research and Social Science (ISERSS 2021)*, 635(Iserss 2021), 381–384. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.220107.074>
- Traş, Z., & Gökçen, G. (2020). Academic Procrastination and Social Anxiety as Predictive Variables Internet Addiction of Adolescents. *International Education Studies*, 13(9), 23–35. <https://doi.org/10.5539/ies.v13n9p23>
- Vargas, M. (2023). *Ansiedad y procrastinación en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa pública, Lima 2022* [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/112833>
- Vega, M., & Vega, V. (2023). Correlación entre autoestima y estrés en adolescentes durante la pandemia de COVID-19. *Revista Cientific*, 7(25), 21–42. <https://doi.org/10.29394/Scientific.issn.2542-2987.2023.8.27.1.20-39>
- Vergara, L., Bennett, M., Serpa, A., Navarro, J., Martínez, I., & Montes, J. (2023). Academic procrastination in secondary and high school students Procrastinación. *Revista Innova Educación*, 5(1), 88–99. <https://revistainnovaeducacion.com/index.php/rie/article/download/684/722>

## ANEXOS

### Anexo 1: Matriz de consistencia

Problema general	Objetivo general	Hipótesis general	Variables	Dimensiones	Metodología
¿Cuál es la relación entre la adicción al internet, el estrés y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de San Juan de Lurigancho?	Determinar la relación entre la adicción al internet, el estrés y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de San Juan de Lurigancho.	Existe relación entre la adicción al internet, el estrés y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de San Juan de Lurigancho.	Adicción al internet	La sintomatología de la adicción La disfuncionalidad por la adicción	Diseño: No experimental, transversal  Enfoque: Cuantitativo  Tipo: Aplicada  Nivel: Correlacional
<b>Problemas específicos</b>	<b>Objetivos específicos</b>	<b>Hipótesis específica</b>		Estímulos estresores	
¿Cuál es la relación entre las dimensiones de la adicción al internet, estrés y procrastinación académico en estudiantes de secundaria?	Determinar la relación entre las dimensiones de la adicción al internet, estrés y procrastinación académico en estudiantes de secundaria.	Existe relación entre las dimensiones de la adicción al internet, estrés y procrastinación académico en estudiantes de secundaria.	Estrés	Síntomas	
¿Cuál es la relación entre la adicción al internet y las dimensiones del estrés académico en estudiantes de secundaria?	Determinar la relación entre la adicción al internet y las dimensiones del estrés académico en estudiantes de secundaria.	Existe relación entre la adicción al internet y las dimensiones del estrés académico en estudiantes de secundaria.		Estrategias de afrontamiento	
¿Cuál es la relación entre la adicción al internet y las dimensiones de la procrastinación académica en estudiantes de secundaria?	Determinar la relación entre la adicción al internet y las dimensiones de la procrastinación académica en estudiantes de secundaria.	Existe relación entre la adicción al internet y las dimensiones de la procrastinación académica en estudiantes de secundaria.	Procrastinación	Postergación de actividades	
¿Cuál será el nivel de adicción al internet, estrés y procrastinación académica?	Identificar el nivel de adicción al internet, estrés y procrastinación académica.			Autorregulación académica	



Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Estrés académico	El estrés es aquella situación estresante que se experimenta dentro del entorno académico que afecta al estudiante, generando problemas de salud y desequilibrio en su bienestar al percibir estas circunstancias como amenazantes (Barraza, 2007).	Las calificaciones se generan utilizando el inventario de SISCO de estrés académico adaptado por Quito (2019), pero presentado por Estela (2023). Esta herramienta de medición consta de 29 preguntas y se divide en tres categorías con niveles que varían desde bajo hasta moderado y alto.	Estímulos estresores	Actividades escolares.	1,2,3,4,5,6,7,8	Ordinal
				Situaciones negativas.		
			Síntomas	Síntomas físicos.	9,10,11,12,13,14,15,16,17,18,19,20,21,22,23	
				Síntomas psicológicos.		
Síntomas comportamentales						
	Estrategias de afrontamiento	Conductas de equilibrio	24,25,26,27,28,29			

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Procrastinación académica	La procrastinación se refiere al acto de posponer o retrasar intencionadamente tareas o actividades que deben realizarse, a menudo en favor de hacer cosas menos importantes o placenteras en su lugar (Busko, 1998).	Las puntuaciones se generan utilizando la Escala de procrastinación adaptado por Dominguez-Lara (2016) Esta escala consta de 12 preguntas separadas en dos categorías diferentes, cada una con niveles que van desde bajo, medio y hasta alto.	Postergación de actividades	Retraso de actividades y tareas encomendadas.	1,8,9	Ordinal
			Autorregulación académica	Dificultad en el establecimiento de objetivos de aprendizaje.	2, 3, 4, 5, 6, 7, 10, 11 y 12	

### Anexo 3: Instrumento de medición

## ESCALA DE ADICCIÓN A INTERNET

Adaptado por Manrique (2020)

A continuación, se presentan algunas frases que se refieren a conductas que pueden ser más o menos frecuentes entre los (las) chicos(as) de tu edad. Por favor, lee atentamente cada una de ellas y responde según creas conveniente. Procura no dejar ninguna frase sin contestar

Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_ Grado y sección: \_\_\_\_\_

Ítems	Muy rara vez	Rara vez	A menudo	Siempre
1. Cuando no estoy conectado, imagino cómo será la próxima vez que estaré conectado a internet.				
2. Me siento preocupado o sueño con conectarme cuando no lo estoy.				
3. Luego de haberme desconectado, siento que aún quiero estar en internet.				
4. Me siento deprimido, malhumorado o nervioso cuando no estoy conectado y se me pasa cuando vuelvo a conectarme.				
5. Dedico más tiempo a internet del que pretendía.				
6. Digo a menudo "sólo unos minutitos más" cuando estoy conectado.				
7. He intentado estar menos tiempo conectado, pero no he podido.				
8. Cuando siento el impulso de conectarme a internet no lo puedo controlar.				
9. He llegado a perder clases por estar en internet.				
10. He tenido problemas en el colegio por estar en internet.				
11. Descuido las tareas domésticas por pasar más tiempo en internet.				

## CUESTIONARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO

**Adaptado por Quito (2019)**

Las siguientes declaraciones pueden variar de una persona a otra. Por favor, indique con qué frecuencia cada declaración se aplica a usted, según el significado que se explica a continuación:

Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_ Grado y sección: \_\_\_\_\_

Ítems	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1. La demasiada carga de tareas y trabajos escolares me hace sentir mal.					
2. Los exámenes de los profesores u otras tareas me molestan.					
3. El tipo de trabajo que piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.) me incomoda.					
4. La participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.) me pone nervioso/a.					
5. Me siento mal cuando hay competencia entre compañeros de grupo.					
6. La personalidad y el carácter del profesor me incomodan.					
7. Me enoja cuando tengo dificultades para entender los temas desarrollados en clase.					
8. El poco tiempo para presentar las tareas me hace sentir mal o nervioso/a.					
9. Tengo problemas de sueño o no puedo dormir.					
10. Constantemente me canso.					
11. Siento dolores de cabeza.					
12. Tengo dolores abdominales o diarrea.					
13. Me rasco, muerdo las uñas, o siento incomodidad en el cuerpo.					
14. Tengo ganas de dormir más.					
15. Me siento inquieto/a, intranquilo/a o no puedo relajarte frente a las actividades.					
16. Me siento triste o decaído/a.					
17. Me siento ansioso/a, angustiado/a o desesperado/a.					
18. Fácilmente me desconcentro en clases.					
19. Me enoja demasiado frente a situaciones difíciles que se me presenta.					
20. Peleo o insulto a mis compañeros.					
21. Me aílo de los demás.					
22. Me siento motivado para realizar las tareas escolares.					
23. Mis ganas de comer aumentan o reducen.					
24. Defiendo lo que pienso o siento.					
25. Elaboro un plan para ejecutar las tareas.					
26. Reconozco mis logros y me siento motivado/a a seguir esforzándome.					
27. Dedico tiempo a la oración y voy a la iglesia.					
28. Busco información sobre cómo solucionar un problema.					
29. Suelo hablar de las cosas que me preocupan.					

## ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

Adaptado por Dominguez-Lara (2016)

Los siguientes enunciados varían según la persona. Indique con qué frecuencia cada enunciado lo describe de acuerdo con el significado que se indica a continuación:

Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_ Grado y sección: \_\_\_\_\_

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

## Anexo 4: Consentimiento informado

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título de investigación: Adicción al internet, Estrés y Procrastinación Académica en Estudiantes de Secundaria de San Juan de Lurigancho, Lima, 2023.

Investigador (es): Alvis Minga, Fiorela Nataly y Martel Dionicio, Gabriela.

#### **Propósito del estudio**

Le invitamos a participar en la investigación titulada “Adicción al internet, Estrés y Procrastinación Académica en Estudiantes de Secundaria de San Juan de Lurigancho, Lima, 2023”, cuyo objetivo es Determinar la relación entre la adicción a internet, estrés y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de San Juan de Lurigancho, esta investigación es desarrollada por los estudiantes de Pre Grado de la carrera profesional de Psicología de la Universidad Cesar Vallejo del campus de Lima Este, aprobado por la autoridad correspondiente de la universidad y con el permiso de la institución Educativa 158 Santa María – San Juan de Lurigancho.

Describir el impacto del problema de la investigación.

El uso excesivo de internet en la adolescencia puede desencadenar una serie de problemas que incluyen el estrés, la procrastinación y la adicción, impactando el bienestar emocional de los adolescentes (Traş y Gökçen, 2020). Este aumento en la utilización de internet puede llevar a que los adolescentes pasen una gran cantidad de tiempo frente a las pantallas, interfiriendo con sus responsabilidades sociales y académicas.

#### **Procedimiento**

Si usted decide participar en la investigación se realizará lo siguiente (enumerar los procedimientos del estudio):

1. Se realizará una encuesta donde se recogerán datos personales y algunas preguntas sobre la investigación titulada: “Adicción al internet, Estrés y Procrastinación Académica en Estudiantes de Secundaria de San Juan de Lurigancho, Lima, 2023”
2. Esta encuesta o entrevista tendrá un tiempo aproximado de 30 minutos y se realizará en el ambiente de las aulas de 1er grado de secundaria de la I.E. N 158 Santa María – San Juan de Lurigancho. Las respuestas al cuestionario serán codificadas usando número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas.

*\*Obligatorio a partir de los 18 años*

**Participación voluntaria (principio de autonomía):** Puede hacer todas las preguntas para aclarar sus dudas antes de decidir si desea participar o no, y su decisión será respetada. Posterior a la aceptación no desea continuar puede hacerlo sin ningún problema.

Riesgo (principio de No maleficencia): Indicar al participante la existencia que NO existe riesgo o daño al participar en la investigación. Sin embargo, en el caso que existan preguntas que le puedan generar incomodidad. Usted tiene la libertad de responderlas o no.

Beneficios (principio de beneficencia): Se le informará que los resultados de la investigación se le alcanzará a la institución al término de la investigación. No recibirá ningún beneficio económico ni de ninguna otra índole. El estudio no va a aportar a la salud individual de la persona, sin embargo, los resultados del estudio podrán convertirse en beneficio de la salud pública.

Confidencialidad (principio de justicia): Los datos recolectados deben ser anónimos y no tener ninguna forma de identificar al participante. Garantizamos que la información que usted nos brinde es totalmente Confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de la investigación. Los datos permanecerán bajo custodia del investigador principal y pasado un tiempo determinado serán eliminados convenientemente.

Problemas o preguntas:

Si tiene preguntas sobre la investigación puede contactar con el investigador (es) Alvis Minga, Fiorela Nataly y Martel Dionicio, Gabriela email: [falvism@ucvvirtual.edu.pe](mailto:falvism@ucvvirtual.edu.pe) , [gmarteld1601@ucvvirtual.edu.pe](mailto:gmarteld1601@ucvvirtual.edu.pe) y docente Romero Palomino, Delmer email: [dromerop1@ucvvirtual.edu.pe](mailto:dromerop1@ucvvirtual.edu.pe).

### **Consentimiento**

Después de haber leído los propósitos de la investigación autorizo participar en la investigación antes mencionada.

Nombre y apellidos: \_\_\_\_\_

Fecha y hora: \_\_\_\_\_

*Para garantizar la veracidad del origen de la información: en el caso que el consentimiento sea presencial, el encuestado y el investigador debe proporcionar: Nombre y firma. En el caso que sea cuestionario virtual, se debe solicitar el correo desde el cual se envía las respuestas a través de un formulario Google.*

## Anexo 5: Carta de autorización del uso de instrumentos



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

San Juan de Lurigancho, 20 de octubre de 2023.

### **CARTA N°322-2023-UCV-CCP/Ps**

Señor(es)

Lic. Estela Rodríguez Gladiz Elizabeth

#### **Presente:**

De mi consideración:

Es grato dirigirnos a ustedes para expresarle mi cordial saludo y a la vez presentarle a los señor(es) Fiorela Nataly Alvis Minga, código: 7001060147 DNI 71897594 y Gabriela Martel Dionicio, código: 6500094993 DNI 48337457, estudiantes de la Escuela de Psicología de nuestra casa de estudios, quienes realizarán su trabajo de investigación titulado: "Adicción al internet, estrés y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de de Lurigancho ", el mismo que solo tiene fines académicos y no de lucro. Agradecemos por antelación les brinde las facilidades del caso brindándoles el permiso o Carta de Autorización para el uso del instrumento:

CUESTIONARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO

Sea propicia la oportunidad para reiterarle nuestra más alta consideración y estima, y reconocer vuestro apoyo al Departamento de Investigación de esta casa de estudios.

Atentamente,

**Mgtr. Melisa Sevillano Gamboa**  
Coordinadora de la C.P. de Psicología UCV  
Campus San Juan de Lurigancho



San Juan de Lurigancho, 20 de octubre de 2023.

**CARTA N°323-2023-UCV-CCP/Ps**

Señor(es):  
Mg. Sergio Alexis Domínguez Lara

**Presente:**

De mi consideración:

Es grato dirigirnos a ustedes para expresarle mi cordial saludo y a la vez presentarle a los señor(es) Fiorela Nataly Alvis Minga, código: 7001060147 DNI 71897594 y Gabriela Martel Dionicio, código: 6500094993 DNI 48337457, estudiantes de la Escuela de Psicología de nuestra casa de estudios, quienes realizarán su trabajo de investigación titulado: "Adicción al internet, estrés y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de San Juan de Lurigancho ", el mismo que solo tiene fines académicos y no de lucro.

Agradecemos por antelación les brinde las facilidades del caso brindándoles el permiso o Carta de Autorización para el uso del instrumento:

ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

Sea propicia la oportunidad para reiterarle nuestra más alta consideración y estima, y reconocer vuestro apoyo al Departamento de Investigación de esta casa de estudios.

Atentamente,



**Mgtr. Melisa Sevillano Gamboa**  
Coordinadora de la C.P. de Psicología UCV  
Campus San Juan de Lurigancho



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

San Juan de Lurigancho, 20 de octubre de 2023.

**CARTA N°321-2023-UCV-CCP/Ps**

Señor(es)

Lic. ~~Naty~~ Lam Figueroa

**Presente:**

De mi consideración:

Es grato dirigimos a ustedes para expresarle mi cordial saludo y a la vez presentarle a los señor(es) ~~Fiorela Nataly Alvis~~ Minga, código: 7001060147 DNI 71897594 y Gabriela Martel Dionicio, código: 6500094993 DNI 48337457, estudiantes de la Escuela de Psicología de nuestra casa de estudios, quienes realizarán su trabajo de investigación titulado: "Adicción al internet, estrés y ~~procrastinación~~ académica en estudiantes de secundaria de San Juan de Lurigancho ", el mismo que solo tiene fines académicos y no de lucro.

Agradecemos por antelación les brinde las facilidades del caso brindándoles el permiso o Carta de Autorización para el uso del instrumento:

ESCALA DE ADICCIÓN A INTERNET

Sea propicia la oportunidad para reiterarle nuestra más alta consideración y estima, y reconocer vuestro apoyo al Departamento de Investigación de esta casa de estudios.

Atentamente,

**Mgtr. Melisa Sevillano Gamboa**  
Coordinadora de la C.P. de Psicología UCV  
Campus San Juan de Lurigancho



## Anexo 6: Carta de autorización del centro educativo/ institución



San Juan de Lurigancho, 09 de Noviembre del 2023

### CARTA N°324 2023-UCV

**Colegio: I.E N°158 Santa María**

**Presente:**

De mi consideración:

Nos place extenderle un cordial saludo y presentarle en esta ocasión, a los estudiantes Fiorela Nataly Alvis Minga, código: 7001060147 DNI 71897594 y Gabriela Martel Dionicio, código: 6500094993 DNI 48337457 matriculados en la Carrera Profesional de Psicología de la Universidad César Vallejo, Campus Lima este, quienes están desarrollando su estudio denominado: **“Adicción al internet, estrés y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de San Juan de Lurigancho”**. En este sentido, solicitamos a usted les brinde la carta de autorización para la aplicación de los cuestionarios respectivos, en la I.E. que usted dirige. Agradeciéndole por la atención a la presente, aprovechamos la oportunidad para reiterarle nuestra más alta consideración y estima, y nuestro apoyo al Departamento de Investigación de esta casa de estudios.



*[Handwritten signature]*  
FRANCISCO VERGARA ASENCIO  
DIRECTOR  
0-11-23

*[Handwritten signature]*

*[Handwritten signature]*



**Mgtr. Melisa Sevillano Gamboa**  
Coordinadora de la C.P. de Psicología  
UCV – Campus San Juan de Lurigancho

Somos la universidad de los  
que quieren salir adelante.



ucv.edu.pe

## Anexo 7: Permiso de los usos de los instrumentos



Lima 17 de mayo del 2024

Ref.: CARTA N°321-2023-UCV-CCP/Ps

Srta. Magister

**Melisa Sevillano Gamboa**

Coordinadora de la C. P. de Psicología UCV

Campus San Juan de Lurigancho

Presente.-

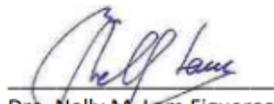
La saludo cordialmente y en relación al documento de la referencia y como Coordinadora del GI NEURON de la Facultad de Medicina de San Fernando de la UNMSM (antes: GI Anastomosis) y como Docente Principal de la mencionada casa de estudios, comunico a Uds. que, nuestro compromiso es facilitar y apoyar a los estudiantes de pre y posgrado a nivel nacional e internacional que soliciten validar o hacer uso de alguno de los productos derivados de nuestras investigaciones **con fines netamente académicos**; por tal razón, aceptamos lo solicitado, recomendándole que tanto en el Proyecto como en el Informe Final de su Investigación, otorgue los créditos autorales correspondientes al grupo de investigadores del instrumento **"Escala de Adicción a Internet de Lima", que le estamos autorizando usar con fines exclusivamente académicos.**

Le informamos también que no hay baremos y todo lo que hay es lo que está publicado. Sobre ello se puede elaborar más, se puede estudiar y perfeccionar el instrumento, ya que cuando se publicó se hizo con el propósito de proponer una herramienta de utilidad para investigadores y que en sí misma promueva y levante la realización de otras investigaciones.

Finalmente, agradeceremos nos informe oportunamente y comparta la tesis de grado y artículos científicos derivados de la misma.

Sin otro particular, quedo de Ud.

Atentamente



---

Dra. Nelly M. Lam Figueroa  
DNI/08212975  
Cód. Doc. UNMSM 077836



Elizab... 15/11/2023



para mí ^

De Elizabeth Estela Rodriguez •  
glaeliesro@gmail.com

Para Gabriela Martel Dionicio •  
gamzda178@gmail.com

Fecha 15 de noviembre de 2023 11:47 p. m.



Encriptación estándar (TLS)

[Ver detalles de seguridad](#)

Dando respuesta a tu carta, te sugiero que solicites permiso al autor original Barraza, ya que yo solamente hice algunas adaptaciones, de mi parte no hay problema que usen el cuestionario adaptado.  
Saludos cordiales.

El mar., 14 de noviembre de 2023 7:46 p. m., Gabriela Martel Dionicio <[gamzda178@gmail.com](mailto:gamzda178@gmail.com)> escribió:  
| Una aplicació



Comparto

'321,\_322,\_323\_y\_324[1]



Copy' contigo Agregar una etiqueta



Gabri... 7:06 p. m.

para nlamfi... 



Una aplicación para todas tus necesidades de Word, Excel, PowerPoint y PDF. Obtén la aplicación Microsoft 365:

<https://aka.ms/GetM365>



321,\_322,...] Copy.pdf



## Anexo 8: Validez por jueces expertos

### Juez experto 1: Lic. María Fernández Estela

**Certificado de validez de contenido del CUESTIONARIO DE ADICCIÓN A INTERNET**

Nº	VARIABLE / ítems	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		SÍ	NO	SÍ	NO	SÍ	NO	
<b>DIMENSION: SINTOMATOLOGÍA DE LA ADICCIÓN</b>								
1	Cuando no estoy conectado, imagino cómo será la próxima vez que estaré conectado a internet.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
2	Me siento preocupado o sueño con conectarme cuando no lo estoy.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
3	Luego de haberme desconectado, siento que aún quiero estar en internet.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
4	Me siento deprimido, malhumorado o nervioso cuando no estoy conectado y se me pasa cuando vuelvo a conectarme.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
5	Dedico más tiempo a internet del que pretendía.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
6	Digo a menudo "sólo unos minutos más" cuando estoy conectado.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
7	He intentado estar menos tiempo conectado, pero no he podido.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
8	Cuando siento el impulso de conectarme a internet no lo puedo controlar.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
<b>DIMENSION : DISFUNCIONALIDAD POR LA ADICCIÓN</b>								
9	He llegado a perder clases por estar en internet.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
10	He tenido problemas en el colegio por estar en internet.		<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
11	Descuido las tareas domésticas por pasar más tiempo en internet.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		

**Certificado de validez de contenido del CUESTIONARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO**

Nº	VARIABLE / ítems	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		SÍ	NO	SÍ	NO	SÍ	NO	
<b>DIMENSION: ESTIMULOS ESTRESORES</b>								
1	La demasiada carga de tareas y trabajos escolares me hace sentir mal.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
2	Los exámenes de los profesores u otras tareas me molestan.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
3	El tipo de trabajo que piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.) me incomoda.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
4	La participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.) me pone nervioso/a.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
5	Me siento mal cuando hay competencia entre compañeros de grupo.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
6	La personalidad y el carácter del profesor me incomodan.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
7	Me enoja cuando tengo dificultades para entender los temas desarrollados en clase.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
8	El poco tiempo para presentar las tareas me hace sentir mal o nervioso/a.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
<b>DIMENSION : SINTOMAS</b>								
9	Tengo problemas de sueño o no puedo dormir.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
10	Constantemente me canso.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
11	Siento dolores de cabeza.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
12	Tengo dolores abdominales o diarrea.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
13	Me rasco, muerdo las uñas, o siento incomodidad en el cuerpo.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
14	Tengo ganas de dormir más.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
15	Me siento inquieto/a, intranquilo/a o no puedo relajarme frente a las actividades.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
16	Me siento triste o decaído/a.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
17	Me siento ansioso/a, angustiado/a o desesperado/a.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
18	Fácilmente me desconcentro en clases.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
19	Me enoja demasiado frente a situaciones difíciles que se me presenta.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
20	Peleo o insulto a mis compañeros.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
21	Me aísto de los demás.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
22	Me siento motivado para realizar las tareas escolares.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
23	Mis ganas de comer aumentan o reducen.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
<b>DIMENSION: ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO</b>								
24	Defiendo lo que pienso o siento.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
25	Elaboro un plan para ejecutar las tareas.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
26	Reconozco mis logros y me siento motivado/a a seguir esforzándome.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
27	Dedico tiempo a la oración y voy a la Iglesia.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
28	Busco información sobre cómo solucionar un problema.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
29	Suelo hablar de las cosas que me preocupan.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		

**Certificado de validez de contenido del CUESTIONARIO DE ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADEMIA**

Nº	VARIABLE / Items	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		SÍ	NO	SÍ	NO	SÍ	NO	
<b>DIMENSION: POSTERGACIÓN DE ACTIVIDADES</b>								
1	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
2	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
3	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
<b>DIMENSION : AUTORREGULACIÓN ACADÉMICA</b>								
4	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
5	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
6	Asisto regularmente a clase.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
7	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
8	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
9	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
10	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
11	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
12	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		

**Observaciones:** \_\_\_\_\_

Opinión de aplicabilidad:    Aplicable     Aplicable después de corregir [ ]    No aplicable [ ]

Apellidos y nombres del juez validador Dr. / Mg: María Fernández Estela    DNI: 70023911

**Especialidad del validador:** \_\_\_\_\_

<sup>1</sup>Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.  
<sup>2</sup>Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.  
<sup>3</sup>Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

26 de octubre del 2023

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



Firma del Experto Informante.

Especialidad

C.P5. 33512

## Juez experto 2: Mgtr. Eddy Rolando Calsina Laura

**Certificado de validez de contenido del CUESTIONARIO DE ADICCIÓN A INTERNET**

Nº	VARIABLE / ítems	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		SÍ	NO	SÍ	NO	SÍ	NO	
<b>DIMENSION: SINTOMATOLOGÍA DE LA ADICCIÓN</b>								
1	Cuando no estoy conectado, imagino cómo será la próxima vez que estaré conectado a internet.	✗		✗		✗		
2	Me siento preocupado o sueño con conectarme cuando no lo estoy.	✗		✗		✗		
3	Luego de haberme desconectado, siento que aún quiero estar en internet.	✗		✗		✗		
4	Me siento deprimido, malhumorado o nervioso cuando no estoy conectado y se me pasa cuando vuelvo a conectarme.	✗		✗		✗		
5	Dedico más tiempo a internet del que pretendía.	✗		✗		✗		
6	Digo a menudo "sólo unos minutitos más" cuando estoy conectado.	✗		✗		✗		
7	He intentado estar menos tiempo conectado, pero no he podido.	✗		✗		✗		
8	Cuando siento el impulso de conectarme a internet no lo puedo controlar.	✗		✗		✗		
<b>DIMENSION : DISFUNCIONALIDAD POR LA ADICCIÓN</b>								
9	He llegado a perder clases por estar en internet.	✗		✗		✗		
10	He tenido problemas en el colegio por estar en internet.	✗			✗		✗	
11	Descuido las tareas domésticas por pasar más tiempo en internet.	✗		✗		✗		

**Certificado de validez de contenido del CUESTIONARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO**

Nº	VARIABLE / ítems	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		SÍ	NO	SÍ	NO	SÍ	NO	
<b>DIMENSION: ESTIMULOS ESTRESORES</b>								
1	La demasiada carga de tareas y trabajos escolares me hace sentir mal.	✗		✗		✗		
2	Los exámenes de los profesores u otras tareas me molestan.	✗		✗		✗		
3	El tipo de trabajo que piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.) me incomoda.	✗		✗		✗		
4	La participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.) me pone nervioso/a.	✗		✗		✗		
5	Me siento mal cuando hay competencia entre compañeros de grupo.	✗		✗		✗		
6	La personalidad y el carácter del profesor me incomodan.	✗		✗		✗		
7	Me enoja cuando tengo dificultades para entender los temas desarrollados en clase.	✗		✗		✗		
8	El poco tiempo para presentar las tareas me hace sentir mal o nervioso/a.	✗		✗		✗		
<b>DIMENSION : SINTOMAS</b>								
9	Tengo problemas de sueño o no puedo dormir.	✗		✗		✗		
10	Constantemente me canso.	✗		✗		✗		
11	Siento dolores de cabeza.	✗		✗		✗		
12	Tengo dolores abdominales o diarrea.	✗		✗		✗		
13	Me rasco, muerdo las uñas, o siento incomodidad en el cuerpo.	✗		✗		✗		
14	Tengo ganas de dormir más.	✗		✗		✗		
15	Me siento inquieto/a, intranquilo/a o no puedo relajarte frente a las actividades.	✗		✗		✗		
16	Me siento triste o decaído/a.	✗		✗		✗		
17	Me siento ansioso/a, angustiado/a o desesperado/a.	✗		✗		✗		
18	Fácilmente me desconcentro en clases.	✗		✗		✗		
19	Me enoja demasiado frente a situaciones difíciles que se me presenta.	✗		✗		✗		
20	Peleo o insulto a mis compañeros.	✗		✗		✗		
21	Me atiso de los demás.	✗		✗		✗		
22	Me siento motivado para realizar las tareas escolares.	✗		✗		✗		
23	Mis ganas de comer aumentan o reducen.	✗		✗		✗		
<b>DIMENSION: ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO</b>								
24	Defiendo lo que pienso o siento.	✗		✗		✗		
25	Elaboro un plan para ejecutar las tareas.	✗		✗		✗		
26	Reconozco mis logros y me siento motivado/a a seguir esforzándome.	✗		✗		✗		
27	Dedico tiempo a la oración y voy a la iglesia.	✗		✗		✗		
28	Busco información sobre cómo solucionar un problema.	✗		✗		✗		
29	Suelo hablar de las cosas que me preocupan.	✗		✗		✗		

**Certificado de validez de contenido del CUESTIONARIO DE ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADEMIA**

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

Observaciones: \_\_\_\_\_

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

Apellidos y nombres del juez validador Dr. / Mg: M<sup>ra</sup>. Calsina Laura Eddy Rolando    DNI: 44927876

Especialidad del validador:

<sup>1</sup>Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup>Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup>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

...26... de octubre del 2023



Firma del Experto Informante.  
Especialidad

### Juez experto 3: Dr. Jaime Reynaldo Vicuña Parra

**Certificado de validez de contenido del CUESTIONARIO DE ADICCIÓN A INTERNET**

N°	VARIABLE / ítems	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
<b>DIMENSION: SINTOMATOLOGÍA DE LA ADICCIÓN</b>								
1	Cuando no estoy conectado, imagino cómo será la próxima vez que estaré conectado a internet.	x		x		x		
2	Me siento preocupado o sueño con conectarme cuando no lo estoy.	x		x		x		
3	Luego de haberme desconectado, siento que aún quiero estar en internet.	x		x		x		
4	Me siento deprimido, malhumorado o nervioso cuando no estoy conectado y se me pasa cuando vuelvo a conectarme.	x		x		x		
5	Dedico más tiempo a internet del que pretendía.	x		x		x		
6	Digo a menudo "sólo unos minutitos más" cuando estoy conectado.	x		x		x		
7	He intentado estar menos tiempo conectado, pero no he podido.	x		x		x		
8	Cuando siento el impulso de conectarme a internet no lo puedo controlar.	x		x		x		
<b>DIMENSION : DISFUNCIONALIDAD POR LA ADICCIÓN</b>								
9	He llegado a perder clases por estar en internet.	x		x		x		
10	He tenido problemas en el colegio por estar en internet.	x		x		x		
11	Descuido las tareas domésticas por pasar más tiempo en internet.	x		x		x		

**Certificado de validez de contenido del CUESTIONARIO DE ESTRES ACADEMICO**

N°	VARIABLE / ítems	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
<b>DIMENSION: ESTIMULOS ESTRESORES</b>								
1	La demasiada carga de tareas y trabajos escolares me hace sentir mal.	x		x		x		
2	Los exámenes de los profesores u otras tareas me molestan.	x		x		x		
3	El tipo de trabajo que piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.) me incomoda.	x		x		x		
4	La participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.) me pone nervioso/a.	x		x		x		
5	Me siento mal cuando hay competencia entre compañeros de grupo.	x		x		x		
6	La personalidad y el carácter del profesor me incomodan.	x		x		x		
7	Me enoja cuando tengo dificultades para entender los temas desarrollados en clase.	x		x		x		
8	El poco tiempo para presentar las tareas me hace sentir mal o nervioso/a.	x		x		x		
<b>DIMENSION : SINTOMAS</b>								
9	Tengo problemas de sueño o no puedo dormir.	x		x		x		
10	Constantemente me canso.	x		x		x		
11	Siento dolores de cabeza.	x		x		x		
12	Tengo dolores abdominales o diarrea.	x		x		x		
13	Me rasco, muerdo las uñas, o siento incomodidad en el cuerpo.	x		x		x		
14	Tengo ganas de dormir más.	x		x		x		
15	Me siento inquieto/a, intranquilo/a o no puedo relajarte frente a las actividades.	x		x		x		
16	Me siento triste o decaído/a.	x		x		x		
17	Me siento ansioso/a, angustiado/a o desesperado/a.	x		x		x		
18	Facilmente me desconcentro en clases.	x		x		x		
19	Me enoja demasiado frente a situaciones difíciles que se me presenta.	x		x		x		
20	Peleo o insulto a mis compañeros.	x		x		x		
21	Me aislo de los demás.	x		x		x		
22	Me siento motivado para realizar las tareas escolares.	x		x		x		
23	Mis ganas de comer aumentan o reducen.	x		x		x		
<b>DIMENSION: ESTRATEGIA S DE AFRONTAMIENTO</b>								
24	Defiendo lo que pienso o siento.	x		x		x		
25	Elaboro un plan para ejecutar las tareas.	x		x		x		
26	Reconozco mis logros y me siento motivado/a a seguir esforzandome.	x		x		x		
27	Dedico tiempo a la oracion y voy a la iglesia.	x		x		x		
28	Busco informacion sobre como solucionar un problema.	x		x		x		
29	Suelo hablar de las cosas que me preocupan.	x		x		x		

**Certificado de validez de contenido del CUESTIONARIO DE ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADEMIA**

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

Observaciones: \_\_\_\_\_

Opinión de aplicabilidad:    Aplicable [ x ]    Aplicable después de corregir [ ]    No aplicable [ ]

Apellidos y nombres del Juez validador Dr. / Mg: Vicuña Parra, Jaime Reynaldo    DNI: 21549235

Especialidad del validador:

<sup>1</sup>Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup>Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup>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

26 de octubre del 2023

Firma del Experto Informante.  
Especialidad

## Anexo 9: Resultados de validez de contenido

- Variable adicción al internet

		J1	J2	J3	Media	DE	V Aiken	Interpretación de la V
ÍTEM 1	Relevancia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Pertinencia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Claridad	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 2	Relevancia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Pertinencia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Claridad	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 3	Relevancia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Pertinencia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Claridad	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 4	Relevancia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Pertinencia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Claridad	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 5	Relevancia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Pertinencia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Claridad	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 6	Relevancia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Pertinencia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Claridad	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 7	Relevancia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Pertinencia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Claridad	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 8	Relevancia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Pertinencia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Claridad	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 9	Relevancia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Pertinencia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Claridad	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 10	Relevancia	0	0	1	0.3	0.58	0.33	No valido
	Pertinencia	1	0	1	0.7	0.58	0.67	No valido
	Claridad	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 11	Relevancia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Pertinencia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Claridad	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
Total:							0,97	

En síntesis, al analizar la validez de contenido aparente mediante el índice V Aiken para cada ítem, se observa un consenso completo entre los evaluadores en relación con la pertinencia, relevancia y claridad de los elementos del cuestionario. Cada ítem recibió una puntuación perfecta de 0.97, indicando que los jueces consideran que son válidos en todos los aspectos evaluados.

- Variable estrés académico

		J1	J2	J3	Media	DE	V Aiken	Interpretación de la V
ÍTEM 1	Relevancia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Pertinencia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Claridad	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 2	Relevancia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Pertinencia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Claridad	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 3	Relevancia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Pertinencia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Claridad	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 4	Relevancia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Pertinencia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Claridad	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 5	Relevancia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Pertinencia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Claridad	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 6	Relevancia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Pertinencia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Claridad	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 7	Relevancia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Pertinencia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Claridad	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 8	Relevancia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Pertinencia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Claridad	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 9	Relevancia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Pertinencia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Claridad	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 10	Relevancia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Pertinencia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Claridad	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 11	Relevancia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Pertinencia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Claridad	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 12	Relevancia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Pertinencia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Claridad	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 13	Relevancia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Pertinencia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Claridad	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 14	Relevancia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Pertinencia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Claridad	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 15	Relevancia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Pertinencia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Claridad	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 16	Relevancia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Pertinencia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Claridad	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 17	Relevancia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Pertinencia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Claridad	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 18	Relevancia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Pertinencia	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	Claridad	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido

ÍTEM 19	<i>Relevancia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Pertinencia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Claridad</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 20	<i>Relevancia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Pertinencia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Claridad</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 21	<i>Relevancia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Pertinencia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Claridad</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 22	<i>Relevancia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Pertinencia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Claridad</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 23	<i>Relevancia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Pertinencia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Claridad</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 24	<i>Relevancia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Pertinencia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Claridad</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 25	<i>Relevancia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Pertinencia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Claridad</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 26	<i>Relevancia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Pertinencia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Claridad</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 27	<i>Relevancia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Pertinencia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Claridad</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 28	<i>Relevancia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Pertinencia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Claridad</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 29	<i>Relevancia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Pertinencia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Claridad</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido

En síntesis, al analizar la validez de contenido aparente mediante el índice V Aiken para cada ítem, se observa un consenso completo entre los evaluadores en relación con la pertinencia, relevancia y claridad de los elementos del cuestionario. Cada ítem recibió una puntuación perfecta de 1.000, indicando que los jueces consideran que son válidos en todos los aspectos evaluados.

- Variable procrastinación académica

		J1	J2	J3	Media	DE	V Aiken	Interpretación de la V
ÍTEM 1	<i>Relevancia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Pertinencia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Claridad</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 2	<i>Relevancia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Pertinencia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Claridad</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 3	<i>Relevancia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Pertinencia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Claridad</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 4	<i>Relevancia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Pertinencia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Claridad</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 5	<i>Relevancia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Pertinencia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Claridad</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 6	<i>Relevancia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Pertinencia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Claridad</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 7	<i>Relevancia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Pertinencia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Claridad</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 8	<i>Relevancia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Pertinencia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Claridad</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 9	<i>Relevancia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Pertinencia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Claridad</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 10	<i>Relevancia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Pertinencia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Claridad</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 11	<i>Relevancia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Pertinencia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Claridad</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
ÍTEM 12	<i>Relevancia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Pertinencia</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido
	<i>Claridad</i>	1	1	1	1	0.00	1.00	Valido

En síntesis, al analizar la validez de contenido aparente mediante el índice V Aiken para cada ítem, se observa un consenso completo entre los evaluadores en relación con la pertinencia, relevancia y claridad de los elementos del cuestionario. Cada ítem recibió una puntuación perfecta de 1.000, indicando que los jueces consideran que son válidos en todos los aspectos evaluados.

## Anexo 10: Resultados de la prueba piloto

- Resultados estadísticos de total de elementos de la Escala de adicción al internet

Estadísticas de total de elemento				
	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
Pregunta 1	23,6400	36,758	,416	,776
Pregunta 2	23,5900	36,083	,471	,770
Pregunta 3	23,3900	38,604	,310	,787
Pregunta 4	23,5900	36,487	,417	,776
Pregunta 5	23,4100	37,032	,460	,772
Pregunta 6	23,2600	36,942	,480	,770
Pregunta 7	23,4800	36,575	,443	,773
Pregunta 8	23,4300	35,056	,557	,760
Pregunta 9	23,7000	35,768	,469	,770
Pregunta 10	23,8100	35,448	,513	,765
Pregunta 11	23,5000	38,091	,348	,783

- Resultados estadísticos total de la Escala de adicción al internet

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,790	11

Según Taber (2018), se sugiere que una puntuación mínima de  $\alpha=0.70$  es necesaria para demostrar la confiabilidad de un instrumento. Bajo este entendimiento, la escala de adicción al internet alcanzó una puntuación de  $\alpha=0.79$ , considerándose un instrumento confiable.

- Resultados estadísticos de validez de estructura interna de la Escala de adicción al internet

	$x^2$	$gl$	$x^2/gl$	CFI	TLI	SRMR	RMSEA
Adicción al internet	111	43	2.58	,742	,670	0,088	0,126

*Nota:  $x^2$ = Chi cuadrado;  $gl$ = Grados de libertad; CFI= Índice de ajuste comparativo; TLI= Índice de Tucker-Lewis; SRMR= Residual cuadrático medio; RMSEA= Error cuadrático medio de aproximación*

De acuerdo con los hallazgos del análisis factorial confirmatorio AFC, la medida de ajuste de parsimonia reveló un valor de  $x^2/gl$ = 2.58, ubicándose en una categoría de ajuste positivo. Se percibe como adecuado cuando los resultados de la relación entre  $x^2/gl$  oscilan entre 1 y 3 (Hair et al., 1999). En términos de ajuste comparativo, se observaron valores de CFI= ,742; TLI= ,670, lo que indica que no se ajusta. Cuando un valor de CFI y TLI igual o superior a 0,90 sugiere un buen ajuste (Marsh et al., 2004). En el análisis del ajuste absoluto, se determinaron valores de SRMR= 0,088; RMSEA= 0,126, señalando que no se ajusta. Se considera que un SRMR inferior a 0,08 indica un buen ajuste, mientras que un RMSEA con valores intermedios entre 0,05 y 0,08 sugiere un ajuste positivo (Barrett, 2007). En resumen, los resultados del AFC identificaron un conjunto de medidas de ajuste, que incluyen ( $x^2/gl$ = 2.58; CFI= ,742; TLI= ,670; SRMR= 0,088; RMSEA= 0,126). En su conjunto, indican deficiencias en el ajuste del modelo propuesto. Estos hallazgos podrían requerir una revisión y ajuste del modelo para mejorar su capacidad para explicar las relaciones entre las variables.

- Resultados estadísticos de total de elementos de la Escala estrés académico

<b>Estadísticas de total de elemento</b>				
	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
Pregunta 1	69,7000	205,081	,445	,828
Pregunta 2	70,1900	204,317	,505	,826
Pregunta 3	69,9400	213,714	,165	,837
Pregunta 4	68,9800	211,272	,188	,837
Pregunta 5	70,0000	215,354	,123	,838
Pregunta 6	70,0100	211,929	,221	,835
Pregunta 7	69,5500	200,856	,477	,826
Pregunta 8	69,5700	204,490	,441	,828
Pregunta 9	69,7100	203,097	,455	,827
Pregunta 10	69,7200	202,547	,479	,827
Pregunta 11	69,3700	198,680	,514	,825
Pregunta 12	69,8300	204,547	,400	,829
Pregunta 13	69,7400	206,982	,316	,832
Pregunta 14	69,5300	205,019	,363	,830
Pregunta 15	69,9000	200,475	,535	,825
Pregunta 16	69,9500	200,654	,556	,824
Pregunta 17	69,8800	198,996	,579	,823
Pregunta 18	69,6600	202,873	,411	,829
Pregunta 19	69,7200	202,325	,482	,826
Pregunta 20	69,6300	205,084	,376	,830
Pregunta 21	69,8700	206,821	,373	,830
Pregunta 22	69,8200	206,068	,365	,830
Pregunta 23	69,5700	211,318	,223	,835
Pregunta 24	69,6800	210,240	,229	,835
Pregunta 25	69,8300	205,678	,324	,832
Pregunta 26	69,6700	212,587	,194	,836
Pregunta 27	69,9100	206,123	,397	,829
Pregunta 28	69,8500	214,351	,141	,837
Pregunta 29	69,9400	221,512	-,071	,843

- Resultados estadísticos total de la Escala estrés académico

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,836	29

Según Taber (2018), se sugiere que una puntuación mínima de  $\alpha=0.70$  es necesaria para demostrar la confiabilidad de un instrumento. Bajo este entendimiento, la escala de estrés académico alcanzó una puntuación de  $\alpha=0.83$ , considerándose un instrumento confiable.

- Resultados estadísticos de validez de estructura interna de la Escala estrés académico

	$x^2$	$gl$	$x^2/gl$	CFI	TLI	SRMR	RMSEA
Estrés académico	595	374	1.59	,669	,640	0,095	0,076

*Nota:  $x^2$ = Chi cuadrado;  $gl$ = Grados de libertad; CFI= Índice de ajuste comparativo; TLI= Índice de Tucker-Lewis; SRMR= Residual cuadrático medio; RMSEA= Error cuadrático medio de aproximación*

De acuerdo con los hallazgos del análisis factorial confirmatorio AFC, la medida de ajuste de parsimonia reveló un valor de  $x^2/gl$ = 1.59, ubicándose en una categoría de ajuste positivo. Se percibe como adecuado cuando los resultados de la relación entre  $x^2/gl$  oscilan entre 1 y 3 (Hair et al., 1999). En términos de ajuste comparativo, se observaron valores de CFI= ,669; TLI= ,640, lo que indica que no se ajusta. Cuando un valor de CFI y TLI igual o superior a 0,90 sugiere un buen ajuste (Marsh et al., 2004). En el análisis del ajuste absoluto, se determinaron valores de SRMR= 0,095; RMSEA= 0,076, señalando que no se ajusta. Se considera que un SRMR inferior a 0,08 indica un buen ajuste, mientras que un RMSEA con valores intermedios entre 0,05 y 0,08 sugiere un ajuste positivo (Barrett, 2007). En resumen, los resultados del AFC identificaron un conjunto de medidas de ajuste, que incluyen ( $x^2/gl$ = 1.59; CFI= ,669; TLI= ,640; SRMR= 0,095; RMSEA= 0,076). En su conjunto, indican deficiencias en el ajuste del modelo propuesto. Estos hallazgos podrían requerir una revisión y ajuste del modelo para mejorar su capacidad para explicar las relaciones entre las variables.

- Resultados estadísticos de total de elementos de la Escala procrastinación académica

<b>Estadísticas de total de elemento</b>				
	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
Pregunta 1	30,4600	51,382	,494	,735
Pregunta 2	30,6500	48,452	,622	,718
Pregunta 3	30,4600	52,352	,376	,747
Pregunta 4	29,5900	50,992	,436	,740
Pregunta 5	30,4600	54,615	,255	,760
Pregunta 6	30,4300	52,066	,383	,746
Pregunta 7	30,0500	49,846	,482	,734
Pregunta 8	30,2100	49,945	,552	,727
Pregunta 9	30,3700	50,963	,457	,737
Pregunta 10	30,3600	54,213	,268	,759
Pregunta 11	30,1100	53,149	,287	,758
Pregunta 12	30,6200	55,854	,177	,768

- Resultados estadísticos total de la Escala procrastinación académica

<b>Estadísticas de fiabilidad</b>	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,761	12

Según Taber (2018), se sugiere que una puntuación mínima de  $\alpha=0.70$  es necesaria para demostrar la confiabilidad de un instrumento. Bajo este entendimiento, la escala de procrastinación académica alcanzó una puntuación de  $\alpha=0.76$ , considerándose un instrumento confiable.

- Resultados estadísticos de validez de estructura interna de la Escala procrastinación académica

	$x^2$	$gl$	$x^2/gl$	CFI	TLI	SRMR	RMSEA
Procrastinación académica	64.6	51	1.26	,933	,914	0,070	0,051

*Nota:  $x^2$ = Chi cuadrado;  $gl$ = Grados de libertad; CFI= Índice de ajuste comparativo; TLI= Índice de Tucker-Lewis; SRMR= Residual cuadrático medio; RMSEA= Error cuadrático medio de aproximación*

De acuerdo con los hallazgos del análisis factorial confirmatorio AFC, la medida de ajuste de parsimonia reveló un valor de  $x^2/gl$ = 1.26, ubicándose en una categoría de ajuste positivo. Se percibe como adecuado cuando los resultados de la relación entre  $x^2/gl$  oscilan entre 1 y 3 (Hair et al., 1999). En términos de ajuste comparativo, se observaron valores de CFI= ,933; TLI= ,914, lo que indica que un ajuste positivo. Cuando un valor de CFI y TLI igual o superior a 0,90 sugiere un buen ajuste (Marsh et al., 2004). En el análisis del ajuste absoluto, se determinaron valores de SRMR= 0,070; RMSEA= 0,051, señalando un ajuste positivo. Se considera que un SRMR inferior a 0,08 indica un buen ajuste, mientras que un RMSEA con valores intermedios entre 0,05 y 0,08 sugiere un ajuste positivo (Barrett, 2007). En resumen, los resultados del AFC identificaron un conjunto de medidas de ajuste, que incluyen ( $x^2/gl$ = 1.26; CFI= ,933; TLI= ,914; SRMR= 0,070; RMSEA= 0,051). En su conjunto, indican eficiencia en el ajuste del modelo propuesto.