



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA DE POSGRADO
PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN DIDÁCTICA
EN IDIOMAS EXTRANJEROS**

Procrastinación académica en la ansiedad ante exámenes de inglés en estudiantes - Institución Educativa “Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray”, Comas 2020

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Maestra en Didáctica en Idiomas Extranjeros

AUTORA:

Bustamante Ramirez Beatriz Lorena (<https://orcid.org/0000-0001-9608-7224>)

ASESORA:

Dra. Palacios Garay, Jessica Paola (<https://orcid.org/0000-0002-2315-1683>)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Educación Intercultural

Lima – Perú

2021

Dedicatoria

A mi hijo Dante que es el motor de mi vida y que me impulsa a seguir mis metas, a mi padre Gelacio por ser mi guía y a mi madre Rita por sus palabras de aliento.

Agradecimiento

Agradezco a Dios por acompañarme a cumplir todos los retos de mi vida.

Agradezco a la institución por brindarme el apoyo para crecer en mi profesión.

A mi amada familia por su comprensión y soporte incondicional.

A mis profesores y en especial a la Dra. Jessica Palacios por su perseverancia en que logremos nuestros anhelos.

Índice de contenidos

Carátula	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenidos	iv
Índice de tablas	v
Resumen	vii
Abstract	viii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	4
III. METODOLOGÍA	14
3.1. Tipo y diseño de investigación	14
3.2. Variables y operacionalización	15
3.3. Población, muestra, muestreo, unidad de análisis	15
3.4. Técnicas e Instrumentos de recolección de datos	17
3.5. Procedimientos:	19
3.6. Métodos de análisis de datos	19
3.7. Aspectos éticos	19
IV. RESULTADOS	20
V. DISCUSIÓN	30
VI. CONCLUSIONES	36
VII. RECOMENDACIONES	37
REFERENCIAS	38
ANEXOS	47

Índice de tablas

Tabla 1	Ajuste del modelo y Pseudo R – cuadrado que explicó la procrastinación académica en la ansiedad ante exámenes de inglés	20
Tabla 2	Bondad de ajuste del modelo que explicó la procrastinación académica en la ansiedad ante exámenes de inglés	20
Tabla 3	Estimación de los parámetros del modelo que explicó la incidencia de la procrastinación en la ansiedad ante exámenes de inglés	21
Tabla 4	Información sobre el ajuste del modelo y Pseudo R – cuadrado que explicó la procrastinación académica en la preocupación ante exámenes de inglés	22
Tabla 5	Bondad de ajuste del modelo que explicó la incidencia de la procrastinación académica en la preocupación ante exámenes de inglés	22
Tabla 6	Estimación de los parámetros del modelo que explicó la incidencia de la procrastinación académica en la preocupación ante exámenes de inglés	23
Tabla 7	Información sobre el ajuste del modelo y Pseudo R – cuadrado explicó la procrastinación académica en las respuestas fisiológicas ante exámenes de inglés	24
Tabla 8	Bondad de ajuste del modelo que explicó la incidencia de la procrastinación académica en las respuestas fisiológicas ante exámenes de inglés	24
Tabla 9	Estimación de parámetros del modelo que explicó la incidencia de la procrastinación académica en las respuestas fisiológicas ante exámenes de inglés	25
Tabla 10	Información sobre el ajuste del modelo y Pseudo R – cuadrado que explicó la procrastinación académica en las situaciones ante exámenes de inglés	26
Tabla 11	Bondad de ajuste del modelo que explicó la incidencia de la procrastinación académica en las situaciones ante exámenes de inglés	26
Tabla 12	Estimación de parámetro del modelo que explicó la incidencia de la procrastinación académica en las situaciones ante exámenes de inglés	27

Tabla 13	Información de ajuste del modelo y Pseudo R-cuadrado que explicó la procrastinación académica en las respuestas de evitación ante exámenes de inglés	28
Tabla 14	Bondad de ajuste del modelo que explicó la incidencia de la procrastinación académica en las respuestas de evitación ante exámenes de inglés	28
Tabla 15	Estimación del parámetro del modelo que explicó la incidencia de la procrastinación académica en las respuestas de evitación ante exámenes de inglés	29

Resumen

La investigación titulada Procrastinación académica en la ansiedad ante exámenes de inglés en estudiantes - Institución Educativa “Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray”, Comas 2020, cuyo objetivo fue establecer la incidencia de la procrastinación académica en la ansiedad ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa “Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray”, Comas 2020, trata de cómo la procrastinación académica genera la postergación de las actividades escolares en el estudiante de la institución educativa, por lo que se ocasiona cuadros complejos de ansiedad que involucran aspectos físicos, emocionales y psicológicos.

El tipo de investigación fue básica, de enfoque cuantitativo, de diseño no experimental, así como transversal y correlacional-causal porque no se realiza la manipulación deliberada de las variables. La muestra estuvo formada por 90 estudiantes. Se utilizó como instrumento a los cuestionarios, quienes fueron validados a través del juicio de expertos y la confiabilidad determinada por el Alfa de Cronbach.

Se llegó a la conclusión que existe incidencia del 73.2% de la procrastinación académica en la ansiedad ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa “Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray”, Comas 2020. También existe incidencia significativa en las dimensiones preocupación, respuestas fisiológicas, situaciones y respuestas de evitación, el valor de significancia menor al 5%.

Palabras claves: Procrastinación académica, ansiedad ante exámenes, respuestas fisiológicas.

Abstract

The research entitled academic procrastination in anxiety before English test in students- Educational Institution "Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray", Comas 2020, whose objective was to establish the incidence of academic procrastination in anxiety before English tests in students of the second high school year of the Educational Institution "Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray", Comas 2020, deals with how academic procrastination generates the postponement of school activities in the student of the educational institution, which will cause complex anxiety patterns that involve aspects physical, emotional and psychological.

The type of research was basic, quantitative approach, non-experimental design, as well as cross-sectional and correlational-causal because no deliberate manipulation of the variables is carried out. The sample consisted of 90 students. The questionnaires were used as an instrument, which were validated through the judgment of experts and the reliability determined by the Alpha Cronbach.

It was concluded that there is an incidence of 73.2% of academic procrastination in anxiety before English tests in second year high school students of the Educational Institution "Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray", Comas 2020. There is also a significant incidence in the dimensions concern, physiological responses, situations and avoidance responses, the significance value less than 5%.

Keywords: Academic procrastination, test anxiety, physiological response.

I. INTRODUCCIÓN

Todos las personas en algún punto de sus vidas postergaron obligaciones por asuntos placenteros, esto puede observarse a menudo en estudiantes, pues es común que prioricen actividades sociales y de ocio antes que sus responsabilidades, (Fulano et al., 2018); no obstante, buscan obtener resultados sobresalientes, más aún en temporadas de exámenes, enfrentándose a desafíos como retrasos académicos para realizar su formación, distrayéndose, lo que genera ansiedad y es ahí donde el estudiante busca cómo sobrellevarla (Pickles, 2017).

En las actas de la 2ª Conferencia Internacional sobre Educación, Ciencia y Tecnología (ICEST, 2017), Samán (2017), señaló que al menos el 41.3% de estudiantes tienden a “perder el tiempo”, retrasando en sus deberes académicos. En Turquía, Barutçu y Demir (2019), determinaron que la procrastinación, ansiedad y baja autoestima son factores de riesgo para que los estudiantes puedan sufrir discapacidades personales. En China, Yang (2017) analizó la ansiedad frente a una prueba de inglés, identificando carencia de técnicas del habla y ansiedad por el proceso; además, la actitud hacia el aprendizaje del mismo y la autoevaluación, es decir, mientras mejor sea la actitud e interés por aprender, el alumno presentará menos ansiedad. Asimismo, en España, Duffield (2018) afirmó que los estudiantes experimentan mayores niveles de ansiedad en la aprensión comunicativa, seguida por el temor a los exámenes; indicando inseguridad en los discentes al momento de la intervención de clases, es decir cuando se cuestiona o pregunta algo. Ahora, si éstos logran adaptarse a los estándares exigidos, tendrán facilidad de lenguaje, interpretación y despliegue positivo, pero si no, desertarán y perderán oportunidades profesionales.

Valle (2019), en Lima, observó que escolares de secundaria muestran mayor procrastinación (32%), retrasando tareas académicas, generando estrés y ansiedad por el cumplimiento de sus actividades a última hora, además condicionan su accionar para recibir gratificaciones. Rosas (2017), demostró que al menos el 5.7% de los estudiantes en la región Sierra sufren de este tipo de ansiedad, 4.7% en la región selva y 4.4% en la costa. Por otra parte en el centro formativo "Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray" de Collique en el distrito de Comas, se observó estudiantes con problemas para comprender, realizar y presentar los

los exámenes de inglés; ahora, con clases virtuales, se manifiesta la ausencia de atención, hábitos de estudio y motivación, todo ello por el aumento de la procrastinación académica, aunando problemas familiares, provocando ansiedad en los estudiantes y dificultando el aprendizaje, de ese modo genera deficiencia en el rendimiento académico y angustia; en ese orden de ideas, a futuro se espera la pérdida de oportunidades profesionales por parte de los estudiantes, evitando su propia superación, radicando allí la importancia de aprender inglés (Rodríguez & Clariana, 2017).

Por tal razón, para el estudio se formula el problema general: ¿Cuál es la incidencia de procrastinación académica en la ansiedad ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa “Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray”, Comas?, y los problemas específicos: ¿Cuál es la incidencia de la procrastinación académica en la preocupación ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa “Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray”, Comas?, ¿Cuál es la incidencia de procrastinación académica en las respuestas fisiológicas ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa “Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray”, Comas?, ¿Cuál es la incidencia de procrastinación académica en las situaciones ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa “Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray”, Comas?, ¿Cuál es la incidencia de procrastinación académica en las respuestas de evitación ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa “Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray”, Comas?

La justificación teórica se fundamenta en la perspectiva cognitiva – conductual, donde la procrastinación se refiere a las personas que realizan las tareas adecuadamente en un período limitado, pero fracasará debido a la negligencia. Por otro lado, la base metodológica se realizó con los cuestionarios válidos, la escala de procrastinación académica (EPA) de Busko (1998) y el cuestionario de ansiedad ante los exámenes (CAEX) de Valero (1999). Revisando la literatura, no existen muchos estudios de ansiedad ante exámenes de inglés en estudiantes de secundaria, lo que aumenta la importancia de esta investigación.

Por consiguiente se determina como objetivo general: establecer la incidencia de la procrastinación académica en la ansiedad ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa “Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray”, Comas; y objetivos específicos: determinar la incidencia de la procrastinación académica en la preocupación ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa “Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray”, Comas. Determinar la incidencia de la procrastinación académica en las respuestas fisiológicas ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa “Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray”, Comas. Determinar la incidencia de procrastinación académica en la situación ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa “Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray”, Comas. Determinar la incidencia de procrastinación académica en las respuestas de evitación ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa “Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray”, Comas.

Se formuló la hipótesis general: existe incidencia significativa de la procrastinación académica en la ansiedad ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa “Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray” y las hipótesis específicas: la procrastinación académica incide significativamente en la preocupación ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa “Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray”, Comas; la procrastinación académica incide significativamente en las respuestas fisiológicas ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa “Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray”, Comas; la procrastinación académica incide significativamente en las situaciones ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa “Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray”, Comas y la procrastinación académica incide significativamente en las respuestas de evitación ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa “Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray”, Comas.

II. MARCO TEÓRICO

Al indagar la literatura antecesora, dentro del ámbito nacional en las investigaciones previas con mayor relevancia se tiene a Querevalú y Echabaudes (2020), determinó cómo afecta la procrastinación a la ansiedad de los estudiantes durante exámenes, es por ello se enfatizó bajo una metodología cuantitativa, de tipo básico y con un nivel correlacional y de diseño no experimental. Asimismo, se tomó como instrumento para la toma de datos una media de procrastinación académica (EPA) y el cuadro de autoevaluación de la ansiedad ante exámenes (IDASE), aplicados al modelo de 280 estudiantes de 3° a 5° de secundaria. Los resultados demostraron la preexistencia de una relación explicativa con una significancia igual a 0.05, donde la procrastinación incidió en la ansiedad ante los exámenes en un 11.8%, además la postergación de actividades de la procrastinación también se encontró relacionada a la ansiedad donde la significancia fue de 0.011, con un 15.2% de influencia; caso contrario pasa con la dimensión autorregulación académica la cual no se encontró relación con la ansiedad frente a exámenes ($p=0.131$); por ello, la ansiedad presentada por los estudiantes durante época de exámenes es influenciada por la procrastinación.

Palacios et al. (2020) pronosticaron en su estudio el acaecimiento de la procrastinación y estrés en el engagement académico de los discentes. La metodología a aplicar se basó en un estudio de tipo sustantivo, con un nivel explicativo, asimismo corresponde a un diseño no-experimental, de corte transversal y correlacional-causal. A ello se empleó para una población constituida por 340 discentes pedagógicos, la muestra fue de 181 bajo el método no probabilístico. Por otro lado, se tuvo como instrumento el cuestionario de Barraza (2007), Salanova, Bresó y Schaufeli (2005) y el de Solomon y Rothblum (1984), titulados, SISCO, UWES-Student y PASS (Procrastination Assessment Scale-Students). Los resultados de la pesquisa denotan que existe significatividad que incide en el engagement académico esto debido a que el valor de Wald = 1108,554 y, $p < 0.05$, asimismo se evidencia la relación entre la procrastinación y el estrés académico esto por la desviación $p < 0.05$, donde el modelo es explicativo con un 70.4% y la procrastinación y estrés académico incide significativamente en la intensidad del engagement académico de los estudiantes.

Domínguez-Lara y Campos-Uscanga (2017) examinó la medida en que influye la satisfacción en la procrastinación académica, empleando la metodología de enfoque cuantitativo, asimismo se plantearon en la investigación el objetivo de diagnosticar el grado de los efectos de la satisfacción académica en la procrastinación académica, el estudio contó con 148 escolares, utilizando una escala de satisfacción en el aprendizaje, escala de procrastinación académica y un método bivariado corregido para la atenuación e intervalos de confianza bajo el enfoque bootstrap de la estadística; los resultados obtenidos fueron evaluados desde una perspectiva de efecto. Se concluyó, que el grado de influencia encontrado de la satisfacción con los estudios tiene un impacto significativo en la procrastinación académica.

En el contexto internacional, se encontró el trabajo de Wang (2020) quien investigó la incidencia cruzada de la procrastinación académica en la ansiedad ante los exámenes. En este estudio participaron adolescentes de una escuela secundaria. El análisis mostró una incidencia directa entre las variables y los análisis de paneles cruzados demostraron que la procrastinación académica en el momento 1 incidió y predijo la ansiedad ante los exámenes, pero no en viceversa. La procrastinación puede conducir a un aumento de la ansiedad ante los exámenes, pero ésta no repercute en el nivel futuro de procrastinación. Se reconoce que la interacción es complicada, solucionar la procrastinación académica ayuda a reducir la ansiedad del estudiante ante los exámenes, pero no necesariamente al revés.

Asimismo Akbari-Zardkhaneh et al. (2020), determinaron la incidencia de las carencias psicológicas básicas en el compromiso académico además de la ansiedad ante los exámenes, se realizó en 289 estudiantes del sexo femenino, completando unos cuestionarios sobre compromisos académicos, necesidades psicológicas básicas y el inventario de Ahwaz de ansiedad ante las pruebas, la conclusión es que se puede enfatizar que las necesidades psicológicas básicas son el factor más importante para reducir la ansiedad antes de los exámenes. También se tiene a Özzorlu e Inan (2019) quienes diagnosticaron si existe incidencia de la procrastinación académica en la capacidad cognitiva, actitudes de los padres y fuentes de control. Este estudio se realizó entre 511 estudiantes de secundaria de cuatro escuelas. En la forma que los educandos aprendan a manejar el autoritarismo de sus padres o al darse cuenta de la baja preocupación de ellos por

sus estudios generan el aumento de los retrasos académicos. Del mismo modo, más estudiantes sienten que el nivel de control es menor y posponen más actividades. Los estudiantes varones procrastinan más fácilmente que las estudiantes. Además, indicó que los retrasos académicos del último año pueden aumentar.

Otro resultado fue de Borekci y Uyangor (2018) quienes examinaron la incidencia entre la ansiedad ante los exámenes, la procrastinación académica y las actitudes familiares en la variable logros académicos. Los registros se procesaron mediante el método de regresión y los resultados indican que hubo incidencia inversa entre "puntaje de logro" y "ansiedad"; es decir mientras más dominio existe del tema, menos ansiedad. Debido al tener un "pensamiento irrelevante de la prueba" conlleva a la "procrastinación académica". Los hallazgos también revelaron que la "tensión", los "síntomas corporales" y la "actitud familiar" explican significativamente el "promedio de calificaciones" de manera positiva, mientras que la "preocupación", la "prueba de pensamiento irrelevante" y la "procrastinación académica" inciden significativamente en la "puntuación de logro" de manera inversa, mientras se den en mayor medida menor será "la puntuación del logro".

Por su lado, Yurtseven y Akpur (2018) precisaron los niveles predictivos de ansiedad y procrastinación en el desempeño académico y describir la incidencia. Los participantes fueron 522 estudiantes, usaron la "Escala de perfeccionismo multidimensional", "Escala de ansiedad de idiomas extranjeros" y el "Inventario de procrastinación académica de Aitken" y el procesamiento se realizó con el análisis de regresión múltiple, presentaron tres predictores, perfeccionismo, ansiedad y procrastinación, explicaron el 54% del desempeño académico ($p < 0.01$) además ilustraron incidencia significativa en el rendimiento académico. También Mohammad y Mojtaba (2017) su propósito fue comprobar el nivel de ansiedad en las pruebas de inglés y sus actitudes según la edad. El estudio constó de 400 estudiantes de nivel secundario, se recogió los datos con Westside Test Anxiety Scale y Language Learning Attitudes Questionnaire y se concluyó que existe una leve incidencia entre la ansiedad ante los exámenes y la actitud, por otro lado, hay incidencia en la ansiedad ante los exámenes respecto a la edad de los educandos.

Con referencia al aspecto teórico de la variable procrastinación académica se sustentó en el enfoque cognitivo - conductual Ellis y Knaus (1977) mismo que mencionó que la procrastinación se basa en las creencias irracionales de las personas para completar las tareas correctamente, porque impone metas elevadas y poco realistas, lo que genera inseguridad, miedo al fracaso y autocrítica, lo que da a las personas razones para no hacerlo. De manera similar, los modelos cognitivos sugieren que la procrastinación es causada por errores en el proceso de autorregulación y que este proceso debe mantener los pensamientos, conductas y emociones hacia los objetivos propuestos por la falta de habilidades organizacionales a largo plazo y las fallas continuas, los individuos no pueden lograr las metas establecidas y no cumplen con el desarrollo de las actividades, por lo que mostrarán un pensamiento obsesivo (Wolters, 2003).

De acuerdo a Ramos-Galarza et al. (2017) y Hooda & Devi (2017) mencionaron que la palabra procrastinación hace referencia a dilatar o dejar ciertas tareas para otro momento o instante, conllevándolo muchas veces a equivocarse en los exámenes prácticos y en cuestiones complejas. Ahora bien, Natividad (2014) mencionó que este método muestra cómo los individuos experimentan e intervienen en sus pensamientos y acciones, así como en sus percepciones de los demás. Por consiguiente, la procrastinación también afecta la vida cotidiana, debilita la autonomía individual y quehaceres domésticos, afecta el desarrollo del sistema social. Este modelo de comportamiento se caracteriza por postergar espontáneamente las actividades que se debe ejecutar dentro de un tiempo determinado (Busko, 1998). No se dan cuenta de la importancia de las tareas y prefieren dedicar más tiempo a actividades divertidas que a las tareas académicas (Asri et al., 2017).

Según Balkis y Duru (2017) afirmaron que la procrastinación escolar tiende a presentar dificultades al momento de autorregular las actividades académicas, abarcando fundamentalmente los planes y objetos de acciones que se traducen en conductas al cumplimiento de la práctica encaminada al proceso de interacción del individuo. Por ello, Gürültü (2016) en su estudio focaliza el comportamiento irregular de los responsables, dado las conductas que tiende a ver consecuencias en la adolescencia o pubertad, perjudicando notablemente el tipo de conocimiento y el refuerzo ya sea particular o profesional.

Con respecto a la definición de la variable independiente procrastinación académica según Busko (1998) la definió como la propensión de evitar o dejar para después las tareas, teniendo la intención de ejecutar en un tiempo establecido, pero es dejado de lado por la falta de motivación que les produce el realizar la tarea. Por otra parte, Steel y Klingsieck (2016) mencionaron que es como aplazar por voluntad propia un curso presentido de acción vinculada con el aprendizaje a pesar de esperar estar peor por el retraso. Asimismo, es preciso detallar que una de las tantas causas de la problemática en la procrastinación académica, es la acción o retardo, que dificulta el malestar subjetivo involucrado a la realización de tareas (Domínguez-Lara, 2016).

Por su parte, Borekci y Uyangor (2018) definieron la procrastinación académica como dejar la tarea, estudiar para un examen o examen final. Asignaciones de último momento; por otro lado, aquellos que tienden a posponer las cosas académicamente por temor al fracaso evitan sus deberes académicos y no logran sus metas. De lo precisado por Padilla (2017), las personas que exhiben procrastinación académica no hacen lo que deben hacer para lograr sus objetivos. La procrastinación es la tendencia a posponer tareas con fechas límite, es así que, desde una perspectiva académica, está alude posponer el rendimiento académico. Este es un fenómeno multifacético que parece involucrar emoción (la tendencia a trabajar bajo presión), cognición (decisión de posponer) y componentes conductuales (la tarea final antes de la fecha límite).

La procrastinación pedagógica presenta disímiles componentes: los cognitivos, los conductuales y los afectivo-emocionales (Alegre, 2013). Para Hernández (2016), el componente cognitivo comprende emplear seguido las racionalizaciones o excusas para dilatar las tareas; mientras que el componente conductual impulsa y se asocia con la distracción y finalmente el componente emocional conlleva a la falta de actividad académica. El perfil del estudiante procrastinador desde la posición de Cuzcano y Ruiz (2017) puede generar: autoconfianza, falsa sensación de autocontrol y seguridad; postergando la tarea. Sin embargo, al tener que presentar en el tiempo establecido se enfrenta a la ansiedad y estrés; por lo que, la habilidad de gestionar el tiempo es importante para advertir la funcionalidad de la procrastinación llevado a la pérdida o derrocho estudiantil, empeorando el tipo y nivel de aprendizaje (Garzón y Gil, 2017).

Por otra parte, los síntomas de la procrastinación académica son el sueño deficiente, niveles altos de estrés, retrasos en los trabajos por falta de tiempo, finalización inadecuada de la tarea, confusión y culpa, baja autoestima, ansiedad y depresión (Custer, 2018). Por otra parte, McCloskey y Scielzo (2015) y Barrantes (2018) sostuvieron que la procrastinación académica ocurre durante todas las edades, tanto en estudiantes de educación primaria o de nivel superior, conllevando a reacciones de evitación ante los exámenes, es decir, muchos sienten que deben postergarlos o no darlos en ese momento es sinónimo de tranquilidad. Es así que la poca confianza que tiene el estudiante en sí mismo hace que decida aplazar la ejecución de alguna actividad y realizarla a último momento, sin pensar que al cumplir la tarea en la fecha indicada incrementa su autoestima (Heshmat, 2016).

En vista del desarrollo virtual de las clases, hay muchos estudios que examinan la vinculación entre la adicción a Internet y la procrastinación académica. Can y Zeren (2019) manifestaron que la procrastinación académica está enlazada con el grado de éxito pedagógico y el tiempo dedicado a Internet. Asimismo según Kim et al . (2017) mencionaron que las personas que prestan atención al presente son fáciles de controlar, se aumenta la adicción al Internet y la procrastinación; las que se enfocan en el futuro tienen un autocontrol más fuerte, tienen un menor riesgo de adicción a Internet y comportamiento de procrastinación. La procrastinación académica en las tareas relacionadas con la escuela se define como la ansiedad causada por retrasos en las tareas académicas y las asignaciones debido a varias razones o no provocadas (Zeliha y Güliden, 2020).

Las dimensiones de procrastinación académica, según Busko (1998) lo definió como un proceso activo donde el estudiante domina y moviliza su propio pensamiento, interés y comportamiento para llegar a una meta propuesta. En este sentido, la autorregulación, es un proceso clave para que los discentes impulsen y estratifiquen la capacidad de conocimiento, determinado por el nivel de aprendizaje, pues permite transformar sus habilidades intelectuales en académicas, y apunta a la autodirección. Siguiendo la teoría social-cognitivo del aprendizaje, el modelo cognitivo-motivacional, se concibe el constructo de automatización culta, conocido como un proceso positivo y constructivo, se establecen sus propias metas de estudio, y luego tratan de vigilar, normalizar y controlar su cognición, motivación y conducta de acuerdo a sus metas. Se propone como modelo integrado, sustentado

en el concepto de cognición social de la motivación y concepto de procesamiento de información de las estrategias de aprendizaje (Hernández, 2015). Igualmente, Valle (2017) mencionó que la autorregulación académica mide el nivel de ajuste y control de los estudiantes de sus pensamientos, motivaciones y comportamientos a través del proceso de respuestas positivas y constructivas a las metas de aprendizaje.

Por otra parte, la postergación de actividades según Busko (1998) se considera como una dificultad de autorregulación y organización, generando en el estudiante situaciones de aplazamiento en sus actividades académicas; donde el aplazamiento por la baja autoeficacia y presión por el trabajo, genera calificaciones negativas. Dominguez - Lara (2016) lo definió como la conducta dilatadora en la ejecución de las tareas aunque estén planificadas. Por otro lado, posponer actividades es una decisión deliberada que provocará retrasos innecesarios, y tareas incompletas. Esta tarea será reemplazada por otra actividad de menor prioridad aun conociendo los efectos negativos y las posibles desventajas. Por tanto, es muy probable que se pospongan determinadas tareas académicas, por lo que esto afecta a personas que sobresalen en el ámbito académico porque se presentan las tareas en un momento en el que el profesor o tutor no estimó, propuso o solicitó (Ayala et al., 2020).

En cuanto a la variable dependiente, la pesquisa a tratar dada la ansiedad ante los exámenes de inglés, ha desarrollado varios modelos teóricos y adoctrinamientos que traten de exponer la analogía del fenómeno , es decir el comportamiento antes y después de realizar un examen o práctica académica .Se ha dividido en tres áreas principales: modelos de aprendizaje conductual, cognitivo y social. A partir del primer modelo, se asume que la conducta académica se inhibe en el caso del castigo, mientras que tiene el componente condicional o emocional habitual en el caso de la ansiedad. Por otro lado, bajo el paradigma y guía cognitiva , la prevalencia de conocimientos nocivos , errores negativos , conflicto en la toma de decisiones, pérdida de atención y bajo autoconcepto- autoestima son los principales efectos que involucra este problema (Blankstein et al.,1990).

Según lo expuesto por Gordana et al. (2018) afirmaron que la ansiedad es un estado psicológico caracterizado por efectos físicos, componentes emocionales,

cognitivos y conductuales; siendo resultado del estrés y puede afectar el aprendizaje y la memoria, así como el rendimiento académico negativamente. Por otra parte, se suele caracterizar por un estado cognitivo, es decir, la atención repetida a un posible fracaso o mal desempeño; lo cual, conduce a sentimientos de tensión y respuestas físicas. Si la ansiedad es fuerte, los estudiantes mostrarán una sensibilidad y miedo excesivo, vergüenza, timidez y síntomas físicos. Los estudiantes con ansiedad fuerte tienen probabilidades de preocuparse excesivamente por sus habilidades cognitivas y rendimiento académico, mostrando inquietud, trastornos del sueño, dolor de estómago y trastornos del comportamiento. También les preocupa que a los demás no les guste, sienten que sus compañeros se ríen de ellos (Pulido & Herrera, 2018).

Se puede mencionar que la ansiedad dentro del contexto de la enseñanza aprendizaje del idioma inglés, se considera como uno de los factores afectivos que dificulta la adquisición del idioma. Durante los años ochenta, Horwitz et al. (1986) elaboró una teoría general donde asoció la ansiedad a la situación de singularidad del aprendizaje de lenguas extranjeras, no como una ansiedad general transferida al aprendizaje de un idioma extranjero. También esta teoría propone que otros campos académicos de estudio que no tienen el mismo grado de auto conceptos y autoexpresión como aprender idiomas extranjeros, lo que hace que este tipo de ansiedad sea diferente de otras ansiedades académicas. Con respecto a la ansiedad ante exámenes según Horwitz et al. (1986) es considerado como el segundogénito más involucrado por la ansiedad dado las pruebas de oratorias de dialectos ajenos, es decir idiomas.

Con respecto a la definición de ansiedad ante los exámenes, Valero (1999) mencionó que son las respuestas motoras, fisiológicas, verbales, cognitivas que suele presentarse en las diversas presentaciones frente a un examen. Por otra parte, Freire et al. (2019) definieron la ansiedad ante los exámenes como una tendencia subjetiva que afecta al estudiante frente a momentos de evaluaciones que son consideradas preocupantes y/o amenazantes, muestra además miedo al fracaso, además de reacciones fisiológicas, como taquicardia, sudoración, enuresis, entre otros efectos que surge según el tipo de personalidad. Del mismo modo, Aydin et al. (2017) indicaron que esta ansiedad tiene una influencia importante en los resultados académicos y puede provenir de los dogmas culturales

y autoconfianza de los discentes, las expectativas comunitarias y de familia, las cualidades de los maestros en el juicio de amaestramiento. Asimismo, es la tendencia relativamente estable a generar una respuesta emocional desproporcionada ante situaciones de evaluación académica, debido a la preocupación por bajo rendimiento y sus posibles consecuencias negativas (Balogun et al., 2017; Putwain y Symes, 2018). También Maralani et al. (2016), determinaron que, si el estudiante se encuentra cómodo en un ambiente, reduce su ansiedad frente a los exámenes y no tendrá tendencia a la procrastinación.

Por otra parte, O'Donnell & Shelton (2017) señalaron que con las pruebas se tiene la intención de contribuir positivamente al proceso de aprendizaje; sin embargo, está relacionada con la ansiedad. Sobre la administración de los exámenes Edwards & Hammer (2007) señalaron que se dividen en grupos según propósitos: pruebas de nivel; pruebas de progreso que reflejan la mejora durante el proceso de aprendizaje; pruebas de rendimiento dicha prueba muestra si los alumnos han adquirido o no lo que se enseña en clase y pruebas de aptitud que determina cuánto han alcanzado en los objetivos. Del mismo modo, la ansiedad ante los exámenes representa una de las características que influye en la atención, concentración y la ejecución de los exámenes (Domínguez–Lara, 2016).

Con referencia a las dimensiones de la ansiedad ante los exámenes, según Valero (1999) mencionó que hay cuatro temas importantes; la primera: la preocupación, respuesta cognitiva a la prueba. La respuesta fisiológica se refiere a los síntomas que la persona presenta antes, durante y después de la prueba. La situación son los diferentes métodos de prueba que los estudiantes pueden tomar durante todo el proceso de aprendizaje y las respuestas de evitación que surgen al ser evaluado. Llacsá y Paz (2017) reseñaron al movimiento efectivo o nocivo y cognición de la prueba; respuesta fisiológica, que es la reacción física experimentada durante la prueba. La reacción de evitación es la conducta que conduce a obviar enfrentarse al examen según Klingsieck (2016), en este modo se desarrollan un terceto de pericias primordiales: la preparación; la evitación y la búsqueda de ayuda. En la primera simplemente comienzan a estudiar y a prepararse para la evaluación. En la segunda, buscan olvidar la evaluación y en consecuencia despejan su mente de todo. En el tercero, recurren a una solución inmediata.

Según Del Toro et al. (2014), la respuesta fisiológica provocada por la ansiedad es el resultado de la activación de diferentes sistemas orgánicos en el cuerpo y la activación de otros sistemas nerviosos, incluyendo el sistema nervioso autónomo y motor y central; endocrino, activación inmune, enfermedades respiratorias, neurotróficas y genitourinarias. Por los cambios y activación de estos sistemas se observó cambios en la frecuencia cardíaca, asimismo un acrecentamiento de la periodicidad respiratoria y el trance para respirar, sudoración, tensión muscular y dificultad para tragar. También se puede encontrar síntomas de otras enfermedades psicofisiológicas, como dolor de cabeza, mareos, náuseas, contracturas musculares, etc.

Los agentes con perturbaciones de angustia tienen un estado emocional alto, observando más situaciones como amenazas. El hecho de que los individuos con ansiedad presentan y muestran diferente comportamiento ante situaciones adversas depende de la experiencia previa (Martínez-Otero, 2014). A ello Cruz y Aragón (2020), señalaron que los individuos al momento de percibir o dictaminar una evaluación, ya sea oral o escrita, estos presentarán dificultades ya sea de forma psicológica o fisiológica, conllevando a diferentes comportamientos: desde la pérdida de apetito, dolor de cabeza, náuseas, mareos, a cambios hormonales, es así que la ansiedad es vista desde un punto de vista como un aprueba de superación, que tanto discentes o individuos experimentan dentro de su vida cotidiana.

Las respuestas de evitación según Çapri et al. (2017), son una forma de afrontamiento inverso, donde el estudiante percibe un estado de ansiedad y realiza actividades diferentes a las esperadas en situaciones similares (ejercicios físicos, salir con amigos, entretenerse en otras cosas, etc.). Según Ergene (2011), cuando los estudiantes están ansiosos, se realiza una serie de rituales que generalmente son inconscientes; bajo la presión se utilizan estrategias de emergencia como llegar a acuerdos con otros compañeros. Según Concannon et al. (2020) los síntomas de ansiedad generan impacto negativo en el rendimiento, la autoeficacia y autoconcepto de los estudiantes. El trastorno de ansiedad social generalmente comienza en la adolescencia y, si no se considera, puede desarrollarse hasta la edad adulta y convertirse en una enfermedad crónica (Radtke et al., 2020).

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

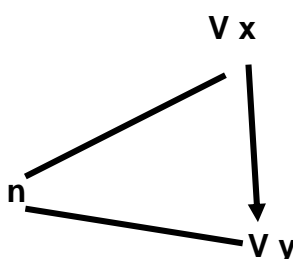
Tipo de Investigación

La pesquisa fue de tipo básica de nivel explicativa, que según Sánchez y Reyes (2015), esta permite el camino de nuevos conocimientos en la investigación, no propone objetivos prácticos, absorbe la indagación del entorno para el conocimiento indiscutible orientando al principio de estatutos. La investigación fue explicativa porque condujo al hallazgo de los agentes causales que han podido incidir en el acontecimiento de un fenómeno (Rojas, 2015).

Diseño de Investigación

El diseño metodológico de la investigación fue no experimental. Según Hernández y Mendoza (2018) en su pesquisa de información. Este alude a no manipular las variables en estudio, sólo mediante observación y el contexto de las variables, es decir el ambiente que figura. De lo expuesto, la investigación utilizó el diseño transversal debido a que los datos se han recolectado en un único tiempo y el tipo de diseño fue correlacional causal, porque indaga las causas y efectos que sucedieron en el proceso de estudio (Hernández y Mendoza 2018).

Este diseño se representa con el siguiente diagrama



N = Muestra en investigación

V x = Variable independiente: Procrastinación académica

V y= Variable dependiente: Ansiedad ante los exámenes de inglés

3.2. Variables y operacionalización

Variable independiente: Procrastinación académica (Anexo 1)

Definición conceptual: Busko (1998) la definió como la tendencia de evitar o dejar para después las tareas, teniendo la intención de ejecutar en un tiempo establecido, pero es dejado de lado por la falta de motivación que les produce el realizar la tarea.

Definición operacional: La procrastinación académica es medida por medio de sus dimensiones: autorregulación académica y la postergación de actividades. Además, contiene criterios e indicadores que serán evaluados mediante 16 ítems y niveles alto, medio y bajo (Busko, 1998) (Adaptado por Álvarez 2010)

Variable dependiente: Ansiedad ante exámenes de inglés (Anexo 1)

Definición conceptual: Valero (1999) Son las respuestas motoras, fisiológicas, verbales, cognitivas que suele presentarse en las diversas presentaciones frente a un examen.

Definición operacional: Ansiedad ante exámenes de inglés es medido por las dimensiones: preocupación, respuestas fisiológicas, situaciones y respuestas de evitación y consta de 50 ítems (Valero, 1999).

3.3. Población, muestra, muestreo, unidad de análisis

Población

El estudio se realizó en la Institución Educativa “Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray” situado en Collique en el distrito de Comas con una población conformada por 760 estudiantes de nivel secundaria, se define la población teniendo en cuenta a Hernández y Mendoza (2018) quien sostiene que es un grupo que está conformado de todos los casos que coinciden con similares particularidades.

Criterios de inclusión

Para participar de la investigación, los participantes tenían que contar con las siguientes características: Ser estudiante de 2º grado de secundaria de la Institución Educativa “Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray” de Comas, ser

estudiantes de género femenino y masculino, los estudiantes son voluntarios a participar de la investigación.

Criterios de exclusión

Los participantes del estudio estuvieron excluidos por los siguientes criterios: No estar matriculados en el segundo grado de secundaria de la Institución Educativa “Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray” de Comas, los estudiantes que pertenezcan a otros grados de la institución u otras y estudiantes mayores de 15 años. Además, fueron retirados de la investigación 6 estudiantes por no tener acceso para responder a los instrumentos. Es decir, la investigación contó con 90 estudiantes.

Muestra

La muestra para la investigación fue conformada por 90 estudiantes del 2º B, C, D del nivel secundario, como expresa Hernández y Mendoza (2018) lo definen como un subconjunto del universo que importa, en ese sentido se buscó oportunamente la recolección de la información y representatividad, con la finalidad de poder sistematizar los productos encontrados en la muestra.

Muestreo

Para el estudio, el muestreo fue elegido a consideración de la investigadora, es decir es un muestreo no probabilístico intencionado, citando a Sánchez y Reyes (2015) se refieren a este tipo de muestreo por la facilidad con la que se obtiene una muestra, a pesar que no se conozcan las bases para su realización. Asimismo, presenta un muestreo intencionado, porque permite al investigador buscar una muestra representativa del universo, en ese sentido lo trascendental es que la representatividad se enfoque en una intención específica del investigador, en consecuencia, la apreciación de la representatividad es subjetiva.

Unidad de análisis

La unidad de análisis de esta investigación fue un grupo de estudiantes del segundo grado de secundaria de la Institución Educativa “Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray” de Collique, Comas. Según Hernández y Mendoza (2018) definen la

unidad de análisis como a los individuos u otros que son utilizados para la recolección de datos en un estudio.

3.4. Técnicas e Instrumentos de recolección de datos

Las técnicas desde la posición de Hernández y Mendoza (2018) lo definen como la aplicación de uno o varios instrumentos de medición para conseguir la información requerida de las variables de los estudios en la muestra o en grupo elegidos.

Técnica

La técnica que se tomó para ambas variables, fue la encuesta. De acuerdo con López-Roldán y Facheli (2016), lo considera como una técnica que recolecta datos mediante la interrogación del individuo, cuyo propósito es obtener sistemáticamente una medida del concepto derivado de la pregunta de investigación previamente construida. En cuanto a los instrumentos de recolección de información, se realizó a través de cuestionarios Según Sánchez y Reyes (2015), lo conforma un documento escrito con preguntas diversas relacionadas con el propósito de la investigación.

La variable dependiente ansiedad ante exámenes empleó el cuestionario de ansiedad (CAEX) de Valero (1999). Con respecto a la variable independiente la procrastinación académica (EPA) se utilizó la escala de Busko (1998), pero adaptada por Álvarez (2010). Según Sánchez y Reyes (2015) las escalas son instrumentos que miden las actitudes y opiniones de las personas.

Instrumento de recolección de datos (Anexo 3)

Instrumentos

Instrumento I: Escala de procrastinación académica (APA)

Ficha técnica

Nombre original: Escala de procrastinación académica

Autor: Busko (1998)

Adaptación: Álvarez (2010)

Objetivo:	Medir el nivel de la procrastinación académica
Procedencia:	Canadá
Administración:	Personal
Duración de prueba:	15 a 30 minutos

Instrumento II: Cuestionario ansiedad ante exámenes

Ficha técnica

Nombre original:	Cuestionario de ansiedad ante exámenes (CAEX)
Autor:	Valero (1999)
Adaptación:	Bustamante (2020)
Objetivo:	Medir el nivel de ansiedad ante exámenes de inglés
Procedencia:	España
Administración:	Personal
Duración de prueba:	15 a 30 minutos

Validez y confiabilidad

Validez de los instrumentos

La validez de acuerdo con Hernández y Mendoza (2018) mencionan que es el grado por el cual se mide con exactitud el instrumento de una variable que verdaderamente se intenta medir. El tipo de validez que se realizó en el estudio, fue la validez implícita por medio de juicio de expertos, teniendo presente para la validez tres criterios importantes: claridad, pertinencia y relevancia. (Anexo 4)

Confiabilidad de los instrumentos

La confiabilidad para esta investigación se sustentó por Sánchez y Reyes (2015) quienes lo definieron como el grado de coherencia de las puntuaciones obtenidas por un similar grupo de individuos en una serie de medidas en una misma prueba. Para encontrar el valor de confiabilidad de las variables se administró a un

cuestionario a 20 estudiantes de segundo grado de secundaria (prueba piloto) y se estableció la confiabilidad de ambas variables mediante el alfa de Cronbach teniendo como resultado en la variable independiente 0,777 y en la variable dependiente 0,951 con esos resultados se demostró que son instrumentos confiables. (Anexo 4)

3.5. Procedimientos:

Para la investigación realizada se determinó primero el lugar y la muestra que se utilizaría en la investigación, seguidamente se recopiló información para el marco teórico, luego se trabajó la metodología donde se elaboró los cuestionarios, se realizó una prueba piloto, se tramitó la carta de presentación, se comunicó a la institución educativa para la realizar la encuesta, se explicó a los estudiantes por los medios disponibles las instrucciones para contestar los cuestionarios, el cuestionario se adjuntó mediante él envió a los estudiantes a través del formulario de google forms. Los estudiantes completaron los formularios y lo reenviaron para ser analizados, teniendo la información se trasladó al SPSS para procesar y se obtuvo tablas y figuras, para luego analizar y concluir en los efectos de los resultados. Por último, se escribió las conclusiones y recomendaciones de los resultados para luego pasar al respectivo informe.

3.6. Métodos de análisis de datos

En la recolección de datos, la investigación se hizo útil del programa estadístico SPSS, con el fin de analizar las inferencias estadísticas de los datos, ya sea en las variables como en las dimensiones e indicadores. Estos a su vez son suministrados en el instrumento de selección que son representados mediante tablas, figuras, frecuencias y barras. Además de ello se empleó el análisis estadístico inferencial para precisar la comprobación de hipótesis. (Anexo 10)

3.7. Aspectos éticos

Para la investigación se consideró los siguientes aspectos éticos: consentimiento informado, la confiabilidad del anonimato de los participantes de la investigación, la utilización de las normas APA y el código ético de la investigación. Por consiguiente, se ha respetado los derechos de autor y el reglamento de investigación de la universidad César Vallejo. (Anexo 7,8)

IV. RESULTADOS

4.1. Comprobación de hipótesis general

H₀: La procrastinación académica no incide significativamente en la ansiedad ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa “Mariscal Andrés Bello Cáceres Dorregaray”, Comas 2020.

H_a: La procrastinación académica incide significativamente en la ansiedad ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa “Mariscal Andrés Bello Cáceres Dorregaray”, Comas 2020.

Prueba estadística elegida: Se precisa el análisis de regresión logística ordinal.

Nivel de Significación: Nivel de significación del 0,05.

Tabla 1

Ajuste del modelo y Pseudo R – cuadrado que explicó la procrastinación académica en la ansiedad ante exámenes de inglés.

Modelo	Logaritmo de la verosimilitud -2	Chi-cuadrado	gl	Sig.	Pseudo R – cuadrado	
Sólo intersección	115,002				Cox y Snell	0,625
Final	26,755	88,247	4	0,000	Nagelkerke	0,732
					McFadden	0,510

Función de enlace: Logit.

Nota. Elaboración propia

Para el contraste, dada la razón de verosimilitud se evidenció, que la respuesta conlleva a un resultado significativo ($\chi^2 = 88,247$; $p < 0,05$), esto es demostrado en el modelo logístico. Ello significó que la procrastinación académica incide en la ansiedad ante exámenes de inglés. El valor de Pseudo – R cuadrado de Nagelkerke (0,732), indicó que el modelo propuesto explica el 73,2% de la ansiedad ante los exámenes.

Tabla 2

Bondad de ajuste del modelo que explicó la procrastinación académica en la ansiedad ante exámenes de inglés

	Chi-cuadrado	gl	Sig.
Pearson	9,166	12	0,689
Desviación	8,442	12	0,750

Función de enlace: Logit.

Nota. Elaboración propia

Dado el contraste del modelo de regresión, es preciso confirmar que la eficacia de ajuste de los valores predichos, en la prueba de Pearson de bondad de ajuste ($\chi^2 = 9,166$) muestra un $p > 0,05$; por tanto, se señaló que el modelo de regresión se ajusta a los datos, asimismo, se encontró en la desviación que afirma que los datos se ajustan correctamente ($\chi^2 = 8,442$), esto puede visualizarse en la tabla 2.

Tabla 3

Estimación de los parámetros del modelo que explicó la incidencia de la procrastinación en la ansiedad ante exámenes de inglés

		Estimación	Desv. Error	Wald	gl	Sig.	Intervalo de confianza al 95%	
							Límite inferior	Límite superior
Umbral	[Ansiedad = 1]	-8,552	1,463	34,169	1	,000	-11,419	-5,684
	[Ansiedad = 2]	-2,391	,881	7,374	1	,007	-4,117	-,665
Ubicación	[Autorregulación=1]	-8,627	1,444	35,676	1	,000	-11,458	-5,796
	[Autorregulación=2]	-4,384	,900	23,743	1	,000	-6,148	-2,621
	[Autorregulación=3]	0 ^a	.	.	0	.	.	.
	[Postergación de actividades=1]	-4,052	1,042	15,113	1	,000	-6,095	-2,009
	[Postergación de actividades=2]	-1,283	,850	2,279	1	,131	-2,948	,383
	[Postergación de actividades=3]	0 ^a	.	.	0	.	.	.

Función de enlace: Logit.

a. Este parámetro está establecido en cero porque es redundante.

Nota. Elaboración propia

En la tabla 3 se evidenció que los estudiantes con autorregulación académica baja y media inciden significativamente en la ansiedad ante los exámenes de inglés ($p < 0,05$), asimismo, los estudiantes que postergan sus actividades en niveles bajos inciden en la ansiedad ante exámenes ($p < 0,05$, $Wald > 5$). En conclusión, la procrastinación académica incide significativamente en la ansiedad ante los exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa “Mariscal Andrés Bello Cáceres Dorregaray”, Comas 2020.

4.2. Comprobación de hipótesis específica 1

H₀. La procrastinación académica no incide significativamente en la preocupación ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa “Mariscal Andrés Bello Cáceres Dorregaray”, Comas 2020.

H_a. La procrastinación académica incide significativamente en la preocupación ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa “Mariscal Andrés Bello Cáceres Dorregaray”, Comas 2020.

Tabla 4

Ajuste del modelo y Pseudo R – cuadrado que explicó la procrastinación académica en la preocupación ante exámenes de inglés.

Modelo	Logaritmo de la verosimilitud -2	Chi-cuadrado	gl	Sig.	Pseudo R - cuadrado	
Sólo intersección	99,667				Cox y Snell	0,566
Final	24,507	75,160	4	,000	Nagelkerke	0,677
					McFadden	0,461

Función de enlace: Logit.

Nota. Elaboración propia

La prueba de contraste de la razón de verosimilitud señaló que el modelo logístico es significativo ($\chi^2 = 75,160$; $p < 0,05$). Ello significa que la procrastinación académica incide en la preocupación ante exámenes de inglés. El valor de Pseudo – R cuadrado de Nagelkerke (0.677), indicó que el modelo propuesto explica el 67,7% de la variable dependiente.

Tabla 5

Bondad de ajuste del modelo explicó la incidencia de la procrastinación académica en la preocupación ante exámenes de inglés

	Chi-cuadrado	gl	Sig.
Pearson	9,153	12	0,690
Desviación	9.062	12	0,698

Función de enlace: Logit.

Nota. Elaboración propia

En la tabla 5, se muestra la bondad de ajuste de los valores predichos por el tipo a los valores observados. La prueba Chi – cuadrado de Pearson ($X^2=9,153$) y la desviación ($X^2=9.062$) arrojaron un $p > 0,05$; señalando que el modelo de regresión se ajusta a los datos.

Tabla 6

Estimación de los parámetros del modelo que explicó la incidencia de la procrastinación académica en la preocupación ante exámenes de inglés

		Estimación	Desv. Error	Wald	gl	Sig.	Intervalo de confianza al 95%	
							Límite inferior	Límite superior
Umbral	[Preocupación ante los exámenes= 1]	-11,599	2,327	24,838	1	,000	-16,161	-7,038
	[Preocupación ante los exámenes = 2]	-7,536	1,827	17,022	1	,000	-11,117	-3,956
Ubicación	[Autorregulación=1]	-9,159	1,881	23,710	1	,000	-12,845	-5,472
	[Autorregulación=2]	-4,691	1,320	12,636	1	,000	-7,278	-2,105
	[Autorregulación=3]	0 ^a	.	.	0	.	.	.
	[Postergación de actividades=1]	-5,635	1,546	13,288	1	,000	-8,664	-2,605
	[Postergación de actividades=2]	-2,430	1,169	4,321	1	,038	-4,721	-,139
	[Postergación de actividades=3]	0 ^a	.	.	0	.	.	.

Función de enlace: Logit.

a. Esta cuantificación está establecida en cero porque es redundante.

Nota. Elaboración propia

En la tabla 6 se evidenció que los estudiantes con autorregulación académica baja y media inciden significativamente en la ansiedad ante los exámenes de inglés ($p < 0,05$), asimismo, los estudiantes que postergan sus actividades en niveles bajos y medios, inciden en la ansiedad de exámenes ($p < 0,05$, Wald $> 0,05$). En conclusión, la procrastinación académica incide significativamente en la ansiedad ante los exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa “Mariscal Andrés Bello Cáceres Dorregaray”, Comas 2020.

4.3. Comprobación de hipótesis específica 2

H₀: La procrastinación académica no incide significativamente en las respuestas fisiológicas ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la I.E. “Mariscal Andrés Bello Cáceres Dorregaray”, Comas 2020.

H_a: La procrastinación académica incide significativamente en las respuestas fisiológicas ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la I.E. “Mariscal Andrés Bello Cáceres Dorregaray”, Comas 2020.

Tabla 7

Información sobre el ajuste del modelo y Pseudo R – cuadrado que explicó la procrastinación académica en las respuestas fisiológicas ante exámenes de inglés

	Logaritmo de la verosimilitud -2	Chi-cuadrado	gl	Sig.	Pseudo R - cuadrado
Sólo intersección	99,621				Cox y Snell 0,566
Final	24,420	75,201	4	.000	Nagelkerke 0,707 McFadden 0,518

Función de enlace: Logit

Nota. Elaboración propia

La prueba de comparación de la razón de verosimilitud mostró que el modelo logístico es significativo ($\chi^2 = 75.201$; $p < 0.05$). Esto significa que los retrasos académicos afectarán la respuesta fisiológica al examen de inglés. El pseudo valor R cuadrado de Nagelkerke (0,707) indicó que el modelo propuesto explica el 70,7% de la variable dependiente.

Tabla 8

Bondad de ajuste del modelo que explicó la incidencia de la procrastinación académica en las respuestas fisiológicas ante exámenes de inglés

	Chi-cuadrado	gl	Sig.
Pearson	8,303	12	0,761
Desviación	8,571	12	0,739

Función de enlace: Logit

Nota. Elaboración propia

En la tabla 8 se evidenció la prueba de bondad de ajuste donde mediante la prueba estadística de Pearson se evidenció que los datos se ajustan al modelo ($\chi^2=8,303$; $p<0.05$); asimismo, la desviación muestra un p-valor igual a 0,739, por ende el modelo es válido y procede con el análisis respectivo para determinar incidencia entre procrastinación académica en las respuestas fisiológicas ante exámenes de

inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la I.E. “Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray”, Comas 2020.

Tabla 9

Estimación de parámetros del modelo que explicó la incidencia de la procrastinación académica en las respuestas fisiológicas ante exámenes de inglés

		Estimación	Desv. Error	Wald	gl	Sig.	Intervalo de confianza al 95%	
							Límite inferior	Límite superior
Umbral	[Respuestas fisiológicas= 1]	-9,808	1,634	36,031	1	,000	-13,011	-6,606
	[Respuestas fisiológicas = 2]	-2,148	,854	6,323	1	,012	-3,821	-,474
Ubicación	[Autorregulación=1]	-8,599	1,546	30,956	1	,000	-11,629	-5,570
	[Autorregulación=2]	-4,235	,897	22,280	1	,000	-5,994	-2,477
	[Autorregulación=3]	0 ^a	.	.	0	.	.	.
	[Postergación de actividades=1]	-3,607	1,095	10,854	1	,001	-5,753	-1,461
	[Postergación de actividades=2]	-1,078	,844	1,631	1	,202	-2,733	,577
	[Postergación de actividades=3]	0 ^a	.	.	0	.	.	.

Función de enlace: Logit.

a. Este parámetro está establecido en cero porque es redundante.

Nota. Elaboración propia

La tabla 9 indicó que los estudiantes que tuvieron autorregulación académica con niveles bajo y medio inciden en las respuestas fisiológicas ante exámenes de inglés, esto dado a que la significancia fue menor al 5%, siendo contrastado por el estadístico de Wald, el cual arrojó un valor mayor a 5. Del mismo modo, se evidenció que los alumnos que postergan sus actividades con niveles bajos inciden en las respuestas fisiológicas ante exámenes de inglés. Siendo de esta manera, que existe incidencia significativa entre la procrastinación y las respuestas fisiológicas ante exámenes de los estudiantes.

4.4. Comprobación de hipótesis específica 3

H₀: La procrastinación académica no incide significativamente en las situaciones ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa “Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray”, Comas 2020.

H_a: La procrastinación académica incide significativamente en las situaciones ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa “Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray”, Comas 2020.

Tabla 10

Información sobre el ajuste del modelo y Pseudo R – cuadrado que explicó la procrastinación académica en las situaciones ante exámenes de inglés

	Logaritmo de la verosimilitud -2	Chi-cuadrado	Gl	Sig.	Pseudo R - cuadrado
Sólo intersección	111,685				Cox y Snell 0,629
Final	22,337	89,348	4	.000	Nagelkerke 0,740 McFadden 0,521

Función de enlace: Logit

Nota. Elaboración propia

La prueba de contraste de la razón de verosimilitud señaló que el modelo logístico es significativo ($\chi^2 = 89,348$; $p < 0,05$). Ello significa que la procrastinación académica incidió en las situaciones ante exámenes de inglés. El valor de Pseudo – R cuadrado de Nagelkerke (0,740), indicó que el modelo propuesto explica que el 74% de la variable dependiente.

Tabla 11

Bondad de ajuste del modelo que explicó la incidencia de la procrastinación académica en las situaciones ante exámenes de inglés

	Chi-cuadrado	gl	Sig.
Pearson	7,048	12	0,854
Desvianza	7,418	12	0,829

Función de enlace: Logit

Nota. Elaboración propia

En la tabla 11 se observó que la prueba de Pearson de bondad de ajuste ($\chi^2 = 7,048$) mostró un $p > 0,05$; por tanto, se pudo señalar que la procrastinación académica pronostica las situaciones ante exámenes de inglés, en otras palabras, el modelo logístico es válido y aceptable para el caso de incidencia.

Tabla 12

Estimación de parámetro del modelo que explicó la incidencia de la procrastinación académica en las situaciones ante exámenes de inglés

		Estimación	Desv. Error	Wald	gl	Sig.	Intervalo de confianza al 95%	
							Límite inferior	Límite superior
Umbral	[Situaciones ante los exámenes = 1]	-7,878	1,453	29,409	1	,000	-10,725	-5,030
	[Situaciones ante los exámenes = 2]	-1,308	,753	3,017	1	,082	-2,784	,168
Ubicación	[Autorregulación=1]	-8,499	1,547	30,189	1	,000	-11,530	-5,467
	[Autorregulación=2]	-4,451	1,099	16,388	1	,000	-6,605	-2,296
	[Autorregulación=3]	0 ^a	.	.	0	.	.	.
	[Postergación de actividades=1]	-5,018	1,123	19,976	1	,000	-7,218	-2,817
	[Postergación de actividades=2]	-1,391	,809	2,952	1	,086	-2,977	,196
	[Postergación de actividades=3]	0 ^a	.	.	0	.	.	.

Función de enlace: Logit.

a. Este parámetro está establecido en cero porque es redundante.

Nota. Elaboración propia

La tabla 12 indicó que los estudiantes que tuvieron autorregulación académica con niveles bajo y medio inciden en las situaciones ante exámenes de inglés, esto dado a que la significancia fue menor al 5%, siendo contrastado por el estadístico de Wald, el cual arrojó un valor mayor a 5. Del mismo modo, se evidenció que los alumnos que postergan sus actividades con niveles bajos, inciden en las situaciones ante exámenes de inglés. Por tanto, existe una gran correlación entre la dilación académica y las situaciones ante los exámenes de los estudiantes.

4.5. Comprobación de hipótesis específica 4:

H₀: La procrastinación académica no incide significativamente en las respuestas de evitación ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la I.E. “Mariscal Andrés Bello Cáceres Dorregaray”, Comas 2020.

H_a: La procrastinación académica incide significativamente en las respuestas de evitación ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la I.E. “Mariscal Andrés Bello Cáceres Dorregaray”, Comas 2020

Tabla 13

Información de ajuste del modelo y Pseudo R-cuadrado que explicó la procrastinación académica en las respuestas de evitación ante exámenes de inglés

Modelo	Logaritmo de la verosimilitud -2	Chi-cuadrado	Gl	Sig.	Pseudo R - cuadrado	
Sólo intersección	116,701				Cox y Snell	0,647
Final	22,895	93,806	4	.000	Nagelkerke	0,749
					McFadden	0,522

Función de enlace: Logit

Nota. Elaboración propia

La prueba de comparación de la razón de verosimilitud mostró que el modelo logístico es significativo ($\chi^2 = 93.806$; $p < 0.05$). Esto significa que la procrastinación académica afecta la respuesta de evasión al examen de inglés. El pseudo valor R cuadrado de Nagelkerke (0,749) indicó que el modelo propuesto explica el 74,9% de la variable dependiente.

Tabla 14

Bondad de ajuste del modelo que explicó la incidencia de la procrastinación académica en las respuestas de evitación ante exámenes de inglés

	Chi-cuadrado	Gl	Sig.
Pearson	6,017	12	0,915
Desviación	6,178	12	0,907

Función de enlace: Logit

Nota. Elaboración propia

Se observó que la prueba de Pearson de bondad de ajuste ($\chi^2 = 6,017$) mostró un $p > 0,05$; por tanto, se puede señalar que el modelo de regresión donde se considera que la procrastinación académica pronostique las respuestas de evitación ante exámenes de inglés, por ende, el modelo logístico es válido y aceptable para el caso de incidencia.

Tabla 15

Estimación del parámetro del modelo que explicó la incidencia de la procrastinación académica en las respuestas de evitación ante exámenes de inglés

		Estimación	Desv. Error	Wald	gl	Sig.	Intervalo de confianza al 95%	
							Límite inferior	Límite superior
Umbral	[Respuestas de evitación= 1]	-8,363	1,600	27,309	1	,000	-11,500	-5,227
	[Respuestas de evitación= 2]	-2,216	,905	5,999	1	,014	-3,989	-,443
Ubicación	[Autorregulación=1]	-8,926	1,640	29,611	1	,000	-12,140	-5,711
	[Autorregulación=2]	-4,894	1,128	18,839	1	,000	-7,104	-2,684
	[Autorregulación=3]	0 ^a	.	.	0	.	.	.
	[Postergación de actividades=1]	-4,489	1,088	17,008	1	,000	-6,622	-2,355
	[Postergación de actividades=2]	-1,577	,911	3,000	1	,083	-3,362	,208
	[Postergación de actividades=3]	0 ^a	.	.	0	.	.	.

Función de enlace: Logit.

a. Este parámetro está establecido en cero porque es redundante.

Nota. Elaboración propia

La tabla 15 indicó que los estudiantes que tuvieron autorregulación académica con niveles bajos y medios fueron los que incidieron en las respuestas de evitaciones ante los exámenes de inglés ($p < 0.05$ y el estadístico de Wald mayor a 5). Asimismo, se evidenció que los alumnos que postergan sus actividades en niveles bajos tienen mayor incidencia en las respuestas de evitaciones ante los exámenes ($p < 0.05$ y el estadístico de Wald mayor a 5). Existe incidencia de la procrastinación académica en las respuestas de evitaciones ante los exámenes en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa “Mariscal Andrés Bello Cáceres Dorregaray”, Comas 2020.

V. DISCUSIÓN

Considerando como referentes base para esta investigación a Busko (1998) con la procrastinación académica y para la ansiedad ante los exámenes a Valero (1999), se evidenció en la hipótesis general que la procrastinación en sus dimensiones autorregulación académica y postergación de actividades en niveles bajo y medio inciden en la ansiedad ante los exámenes ($p < 0.05$). Asimismo, la variable independiente procrastinación, dada por sus dimensiones mencionadas incide un 73.2% en la variable dependiente (ansiedad ante los exámenes).

Con respecto a Querevalú y Echabaudes (2020) quienes buscaron determinar la relación entre procrastinación académica y ansiedad frente a exámenes, encontrando a los estudiantes con niveles de ansiedad moderada, es decir, existieron respuestas ansiosas ante el proceso de evaluación y varios síntomas esperados debido a la procrastinación académica observada, la cual obtuvo nivel moderado. Parecido objetivo presentó Wang (2020), quien terminó concluyendo que la procrastinación académica incide en la ansiedad ante los exámenes, pero no en viceversa ($p < 0.05$); así, la procrastinación académica puede conducir a un aumento de ansiedad ante los exámenes, pero la ansiedad ante los exámenes no incide en el nivel futuro de procrastinación académica. En los resultados obtenidos se reconoce que la interacción de incidencia es complicada, pues intentando estrategias para solucionar la procrastinación académica puede ayudar a reducir la ansiedad del estudiante ante los exámenes, pero no necesariamente al revés, es decir, aplicando estrategias para solucionar la ansiedad en los estudiantes no necesariamente se controlará la procrastinación académica.

Del mismo modo, Yurtseven y Akpur (2018) en su investigación precisaron que la procrastinación y ansiedad inciden en el 54% del desempeño académico, porcentaje que es un poco menor al encontrado en el presente estudio, pero corrobora la existencia de incidencia, para estos autores la característica que más se presentó fue la desconcentración, la falta de compromiso e importancia por parte de la procrastinación y del lado de la ansiedad, se exhibió mucha agitación e inestabilidad por parte de los estudiantes. Del mismo modo se aprecia el alto porcentaje de ansiedad y procrastinación estudiantil, lo cual conlleva a que el desempeño académico no sea el esperado. De la misma manera Busko (1998) considero que la inadecuada autorregulación y organización, generan el

aplazamiento de actividades y traen como consecuencias las calificaciones negativas. Debilitando la autonomía y el quehacer doméstico, afectando el desarrollo del sistema social.

La primera hipótesis específica sobre si existe incidencia significativa de la procrastinación académica en la preocupación ante exámenes de inglés, el valor de la prueba de regresión logística ordinal fue significativa con un ($p = 0.000 < 0.05$) por lo que, la procrastinación, especialmente en estudiantes con autorregulación académica y postergación de actividades con niveles bajos y medios, incide en la preocupación ante exámenes de inglés, de manera específica incide en el 67.7% de la dimensión dependiente, de este resultado de incidencia, la procrastinación causa desconcentración, desasosiego por parte del estudiante, también trae como consecuencia pensamientos o criterios perjudiciales y sentimientos adversos, los mismos que pueden causar daños colaterales en su relación con otros estudiantes ya que se encuentran muy inestables. Con respecto a la preocupación Valero (1999) mencionó que son respuestas que se dan antes o después de una evaluación por la falta de seguridad de no comprender sobre el tema presentado en el examen.

Los resultados evidencian que la procrastinación académica incide de forma significativa en la preocupación, es decir, procrastinar en el aspecto académico conlleva a tener impedimento para concentrarse y estudiar, asimismo provoca desasosiego, razonamiento perjudicial y sentimientos adversos en el estudiante. Si bien no existen numerosos estudios que contrasten estos hallazgos, Domínguez-Lara (2016), afirmó que el estudiante retrasa sus deberes por motivos como dificultad percibida, falta de agrado, falta de motivación, etc., y esto le genera malestar subjetivo. Wang (2020) mencionó que la procrastinación conlleva preocupación en los estudiantes, pero no necesariamente la preocupación conlleva a procrastinar. Resultados comparados con los de Palacios et al. (2020), si bien no habla de preocupación, menciona al estrés en los exámenes, el cual engloba a la dimensión preocupación, encontró que la procrastinación incide significativamente en ella, siendo la incidencia del 54.8%. Como consecuencia de ello, cuando el estudiante posterga sus actividades para después, tiende a preocuparse a última hora, trayendo como consecuencia pensamientos o criterios perjudiciales y sentimientos adversos. Del mismo modo, Borekci y Uyangor (2018), mencionaron

que procrastinar dentro de la institución educativa conlleva a la preocupación o también conocida como la prueba del pensamiento irrelevante. Por lo tanto, es la poca confianza del estudiante que lo hace postergar sus tareas y hacerlas al último momento, por esto Heshmat (2016), consideró que los estudiantes que cumplen con sus actividades en el plazo indicado aumentan su autoestima.

En cuanto a la segunda hipótesis específica sobre si la procrastinación académica incide significativamente en las respuestas fisiológicas ante exámenes de inglés, el valor de la regresión logística ordinal resultó ser significativa con un $p < 0.05$, además, los estudiantes que postergaron sus actividades y autorregularon sus actividades académicas en niveles bajos y medios, tuvieron mayor incidencia en sus respuestas fisiológicas ante exámenes de inglés, esto evidenciado en un 70.7%; lo que en definitiva causa, reacciones como sudoración, sequedad de los labios, problemas de respiración, malestar corporal y en algunos casos puede llegar a causar problemas cardíacos, todo depende de qué tan crítica sea la situación de evaluación o el impacto que tenga en el estudiante el resultado a nivel global y todo ello, causas en general por la falta de priorización y planificación de las actividades académicas. Asimismo, Valero (1999) afirmó que estas reacciones aparecen en los escolares antes, durante o después de realizar un tipo de evaluación.

Al respecto, Horwitz et al. (1986), asociaron a la ansiedad con el aprendizaje de un nuevo idioma, definiendo a esta ansiedad como diferente a otras ansiedades académicas, pues consiste en el aprendizaje de nuevos conceptos y expresiones. Valero (1999), mencionó que ante un examen se suelen presentar respuestas motoras, fisiológicas, verbales y cognitivas. Del mismo modo Freire et al. (2019), quienes indicaron que la ansiedad frente a los exámenes es una tendencia emocional, donde el estudiante considera esta situación como amenazante, mostrando miedo al fracaso, sudoración, taquicardia, enuresis, etc.

También Mohammad y Mojtaba (2017) comprobaron el nivel de ansiedad de los estudiantes iraníes en las pruebas de inglés y sus actitudes por la edad, concluyendo que existe una leve incidencia significativa entre la ansiedad ante los exámenes y la actitud; por otro lado, incidencia de la ansiedad ante los exámenes según la edad y género, lo cual, se asocia directamente en las respuestas fisiológicas que toma cada estudiante, que van desde las más simple como la

preocupación hasta problemas físicos que pueden causar daños permanentes, sin mencionar el impacto académico que generan los resultados de sus evaluaciones debido a su procrastinación. Asimismo el trabajo de Borekci y Uyangor (2018) examinó la incidencia entre la ansiedad ante los exámenes, y las conductas de procrastinación académica; los resultados indican que hubo incidencia inversa entre "puntaje de logro" y "ansiedad"; es decir mientras más dominio existe del tema lo que generará altas puntuaciones, se percibirá menos ansiedad.

Los resultados también precisaron que la "tensión", y "síntomas corporales" inciden significativamente en el "promedio de calificaciones al final del trimestre" de manera positiva; estos aspectos generan mucha inestabilidad reflejándose incluso en respuestas como sudoración, sequedad de labios, impaciencia, entre otros; radicando allí la importancia de incorporar estrategias de enseñanza que puedan hacer más didáctica las sesiones de aprendizaje, porque mientras mayores sean los indicadores de ansiedad y procrastinación se tiende a tener menor puntuación de logro, esto traerá como consecuencia la deserción escolar.

En cuanto a la tercera hipótesis específica sobre si la procrastinación académica incide significativamente en las situaciones ante exámenes de inglés, el valor de la prueba de la regresión logística ordinal resultó significativa tiene un p-valor < 0.05) por lo que, incide en la situaciones ante exámenes de inglés, de manera específica incide en el 74% de la dimensión dependiente, resultó tener un bajo porcentaje de incidencia ya que no se puede determinar si afectará la ansiedad el tipo de circunstancia del examen, oral o escrito, ya que para muchos estudiantes es más sobresalir en uno de los dos ámbitos que en ambos, ya que la evaluación oral es más exigente que la escrita porque el estudiante es mejor evaluado por el docente, por otro lado, también afectará la modalidad de la evaluación, si es presencial o remota, lo que puede convertirse en un factor externo de ansiedad porque se convierten en entornos difíciles generando inestabilidad, por ello, en algunos estudiantes no se puede determinar si les afectará el escenario de la evaluación.

Del mismo modo, Maralani et al. (2016) determinaron la incidencia de las necesidades psicológicas básicas en el compromiso académico y la ansiedad ante los exámenes, concluyendo que las necesidades psicológicas básicas son el factor más importante para reducir la ansiedad antes de los exámenes, con lo que se concuerda, ya que si el estudiante está cómodo con el escenario, la modalidad y el proceso de aprendizaje, no existirán problemas de procrastinación y por ende no se tendría problemas de ansiedad en los procesos de evaluación.

Según la investigación realizada, la procrastinación incide significativamente mientras el estudiante rinde un examen, lo que genera ansiedad. Cruz y Aragón (2020) señalaron que, en las diversas formas de evaluación, los estudiantes padecen ansiedad, preocupación, evitación, dentro de los factores psicológicos; y dentro de los factores fisiológicos experimenta carencia de control de esfínteres, dolores de cabeza, incremento o disminución de apetito, ritmo cardiaco acelerado, sensación de vómito. Según Klingsieck (2016), la evitación es aquella conducta que permite evitar enfrentarse al examen, donde el estudiante desarrollará tres estrategias básicas: la preparación, la evitación y la búsqueda de ayuda. Los resultados demostraron que procrastinar incide en las diferentes situaciones que se presentan ante un examen, es decir, coloca al estudiante en un entorno difícil, su nerviosismo constante, pavor a las pruebas, inestabilidad al dar respuestas, y su miedo a los exámenes prácticos. Todas estas consecuencias provocadas por la procrastinación académica de alguna forma hacen que el estudiante tenga dificultades para desempeñarse como se espera. Respaldando los resultados se presenta Hooda y Devi (2017) que en ellos derive, ponerse nervioso frente a los exámenes, conllevándolo muchas veces a equivocarse en los exámenes prácticos que se otorga en la materia.

En cuanto a la cuarta hipótesis específica sobre si la procrastinación académica incide significativamente en las reacciones de evitación ante exámenes de inglés, con el valor de la regresión logística ordinal se obtuvo que la procrastinación académica tiene un ($p = 0.000 < 0.05$) por lo que, incide en las reacciones de evitación ante exámenes de inglés, de manera específica indica que la procrastinación académica incide en el 74.9% de la dimensión dependiente, se puede explicar desde el hecho de que las experiencia de aprendizaje no fueron interesantes por lo que, los estudiantes se sienten muy calmados para postergar

sus actividades sin tomarle importancia al momento de la evaluación, esta incidencia se puede percibir desde la agitación y el quedar paralizados al momento de enterarse de que existía una evaluación, ya que no la dieron la debida importancia. Del mismo modo Valero (1999) refirió que la evitación se presenta por falta preparación para llevar a cabo un examen.

Por otro lado en el trabajo de Özzorlu e İnan (2019) se centró en los primeros años de aprendizaje y se trató la incidencia de la procrastinación académica en la capacidad cognitiva, actitudes de los padres y fuentes de control. Los estudiantes del sexo masculino procrastinan más fácilmente que el sexo opuesto. Esto indicó que los retrasos académicos de los estudiantes de último año pueden aumentar; sin embargo, esta proporción ha disminuido debido a la mejora de la educación de los padres, quienes saben lo importante de los estudios y estándares académicos de los cuales referenciarse y por lo tanto ejercer control sobre las actividades de sus hijos. Cuzcano y Ruiz (2017), manifestaron que la procrastinación, genera en el estudiante una falsa sensación de autocontrol y seguridad, sin embargo, el posponer sus actividades lo hará enfrentarse ante estrés y ansiedad. Los resultados demuestran que la procrastinación académica incide en las reacciones de evitación frente a los exámenes, es decir, si un estudiante procrastina puede verse afectado hasta el caso de dispensar de dar el examen, su cuerpo podría agitarse, quedarse paralizado, o peor aún sentirse calmado al postergar el examen. Estos indicios, conlleva sin lugar a dudas a ocasionar factores adversos en el desempeño de los educandos. Hallazgos que contrastan lo planteado se evidenció en Barrantes (2018) quien encontró que la mayoría de estudiantes que procrastinan, suelen practicar reacciones de evitación ante los exámenes, es decir, muchos sienten que postergarlos es sinónimo de tranquilidad. En conclusión, los estudiantes que procrastinan tienen mayor reacción de evitación de exámenes.

VI. CONCLUSIONES

Primera: Conforme a los resultados obtenidos, se puede apreciar que existe una incidencia en la procrastinación académica en la ansiedad ante exámenes de inglés, con un 73.2% y un p -valor <0.05 ; es decir, los estudiantes experimentan rasgos de procrastinación académica lo que los lleva a presentar indicadores inestables de ansiedad al momento de ser evaluados por la exigencia de la misma al no estar preparados.

Segunda: Conforme a los resultados se aprecia que la procrastinación académica incide en la preocupación ante los exámenes de inglés, con un porcentaje del 67.7% y un p -valor <0.05 , concluyendo que la procrastinación académica condiciona a los estudiantes, causando razonamientos y sentimientos perjudiciales en su desarrollo académico.

Tercera: Conforme a los resultados se aprecia que existe una incidencia de la procrastinación académica en las respuestas fisiológicas con un 70.7% y una significancia menor al 5%, es decir, todo estudiante está propenso a sufrir de procrastinación académica y ésta afecta de manera directa sus respuestas fisiológicas, ya que debe lograr resultados satisfactorios a pesar de la exigencia de la prueba y de sus niveles de procrastinación presentados, causando en muchas ocasiones malestar corporal.

Cuarta: Conforme a los resultados se aprecia que existe una incidencia del 74% con un valor de significancia de 0.000, entonces la procrastinación académica incide en las situaciones ante exámenes de inglés, es decir, las situaciones ante exámenes son afectadas por las exigencias de las mismas que no habiéndose tomado la debida importancia por la procrastinación percibida, los indicadores de ansiedad aumentan la probabilidad de fracaso.

Quinta: Conforme a los resultados se aprecia que existe una incidencia del 74.9% con un valor de significancia de 0.000, entonces la procrastinación académica incide en las reacciones de evitación ante exámenes de inglés, es decir, los estudiantes a través de agitarse o quedarse paralizado ante la noticia de que por su procrastinación no se preparó para dicha evaluación, lo que llevará a intentarlo evitar o posponer con diversas excusas.

VII. RECOMENDACIONES

Primera: Teniendo en cuenta que la procrastinación académica afecta a los estudiantes en la postergación de sus estudios y genera ansiedad ante los exámenes, se recomienda al director de la institución educativa realizar talleres que fomenten la organización del tiempo de los estudiantes, para que aprovechen mejor las horas entre el estudio y otras actividades que desean realizar.

Segunda: Se recomienda al director de la institución educativa, hacer un plan con los docentes para hacer un seguimiento a los estudiantes que tienden a dejar de lado sus actividades escolares, ya que les genera preocupación al acercarse las fechas de examen y por lo tanto tendrá un desfavorable rendimiento académico.

Tercera: Se recomienda al director fomentar la evaluación formativa que mida las fortalezas y debilidades del estudiante, no solo su conocimiento del idioma; de esa manera se levantará la autoestima del estudiante y podrá mejorar su rendimiento académico, y así, prevenir reacciones fisiológicas ante situaciones de ansiedad.

Cuarta: Se recomienda al director de la institución educativa desarrollar un plan donde los estudiantes experimenten las diversas situaciones de evaluación, como un concurso donde puedan poner en práctica lo que han aprendido del idioma y de eso modo mejorar la autorregulación académica y la ansiedad ante determinadas circunstancias.

Quinta: Se recomienda al director de la institución educativa brindar capacitación a los profesores, sobre fomentar una enseñanza activa y significativa a los estudiantes donde puedan interactuar con el idioma y al aproximarse las evaluaciones no se presente reacciones de evitación, por contrario tener estudiantes seguros del aprendizaje que se logró.

REFERENCIAS

- Akbari-Zardkhaneh, S., Mehdipour, F., Mansurkiaie, N., Zanganeh, A., Jallalat-Danesh, M., Garmtani, S., & Masu, Z. (2020). Psychometric Properties of Electronic Teacher Form of Psychological Mental Health Problems Scale in High School Students: Item Analysis and Internal Structure. 22(1). https://www.researchgate.net/publication/340647301_Psychometric_Properties_of_Electronic_Teacher_Form_of_Psychological_Mental_Health_Problems_Scale_in_High_School_Students_Item_Analysis_and_Internal_Structu
- Alegre, A. (2013). Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Propósitos y Representaciones*, 1(2), 57-82. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2013.v1n2.29>
- Álvarez, Ó. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana Persona. *Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal*, 13(1), 159-177. <https://www.redalyc.org/pdf/1471/147118212009.pdf>
- Asri, D., Setyosari, P., Hitipeuw, I., & Tutut, C. (2017). The Academic Procrastination in Junior High School Students' Mathematics Learning: A Qualitative Study. *International Education Studies*, 10(9), 1-8. <https://doi.org/10.5539/ies.v10n9p70>
- Ayala, A., Rodríguez, R., Villanueva, W., Hernández, M., & Campos, M. (2020). La procrastinación académica: teorías, elementos y modelos. *Muro de la Investigación*, 2(1), 1-13. <https://doi.org/10.17162/rmi.v5i2.1324>
- Aydin, S., Harputlu, L., Çelik, S., Uştuk, O., & Güzel, S. (2017). Age, gender and grade effect on foreign language anxiety among children. *TEFLIN Journal*, 28(2), 133 - 154. <http://www.journal.teflin.org/index.php/journal/article/view/456/283>
- Balkis, M., & Duru, E. (2017). Gender Differences in the Relationship between Academic Procrastination, Satisfaction with Academic Life and Academic Performance. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 15 (1), 105-125. <https://www.redalyc.org/pdf/2931/293150349004.pdf>

- Balogun, A. G., Balogun, S. K., & Onyencho, C. V. (2017). Test anxiety and academic performance among undergraduates: the moderating role of achievement motivation. *The Spanish Journal of Psychology*, 20 (1), 1-8. <https://search.proquest.com/docview/2444685455/fulltext/A983A55C8654B61PQ/1?accountid=37408>
- Barrantes, B. (2018). *Procrastinación académica según género y grado académico en estudiantes de una institución educativa de Trujillo*. {Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte}. <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/14700>
- Blankstein, K., Flett, G., Boase, P., & Toner, B. (1990). Thought listing and endorsement measures of self-referential thinking in test anxiety. *Research anxiety*, 2(1), 103-111. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/08917779008249329>
- Borekci, C., & Uyangor, N. (2018). Family Attitude, Academic Procrastination And Test Anxiety As Predictors Of Academic Achievement. *International Journal of Educational Methodology*, 4(4), 219-226. <https://doi.org/10.12973/ijem.4.4.219>
- Busko, D. (1998). *Causes and consequences of perfectionism and procrastination: a structural equation model*. The University of Guelph . <https://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.456.4450&rep=rep1&type=pdf>
- Can, S., & Zeren, Ş. (2019). Ergenlerin Akademik erteleme davranışları, internet bağımlılığı ve temel psikolojik ihtiyaçları: Yüksek Lisans Tezi. Yıldız Teknik Üniversitesi. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 48(2), 1012-1040. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/838588>
- Çapri, B., Gündüz, B., & Akbay, S. E. (2017). Utrecht Work Engagement Scale-Student Forms' (UWES-SF) Adaptation to Turkish, Validity and Reliability Studies, and the Mediator Role of Work Engagement between Academic Procrastination and Academic Responsibility. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 17(2), 411-435. <https://doi.org/10.12738/estp.2017.2.0518>

- Concannon, B., Esmail, S., & Roduta, M. (2020). Immersive Virtual Reality for the Reduction of State Anxiety in Clinical Interview Exams: Prospective Cohort Study. *Advancing Digital Health & Open Science*, 8(3), 1-10. <https://games.jmir.org/2020/3/e18313/>
- Cruz, M., & Aragón, P. (Julio de 2020). Ansiedad ante los exámenes. *Revistas USS*, 1(1), 1-10. <https://doi.org/10.26495/rcp.v11i1.1339>
- Custer, N. (Marzo de 2018). Test anxiety and academic procrastination among prelicensure nursing students. *Nursing education perspectives*, 39(3), 162-163. https://www.researchgate.net/publication/323548777_Test_Anxiety_and_Academic_Procrastination_Among_Prelicensure_Nursing_Students
- Cuzcano, A., & Ruiz, C. (04 de Diciembre de 2017). El estudiante procrastinador. *Revista Educa UMCH*, 9(1), 23-33. <https://doi.org/10.35756/educaumch.v9i0.30>
- Del Toro, A., Gonzáles, M., Arce, D., Reinoso, S., & Reina, L. (2014). Mecanismos fisiológicos implicados en la ansiedad previa a exámenes. *MEDISAN*, 18(10), 1419-1429. <http://scielo.sld.cu/pdf/san/v18n10/san121810.pdf>
- Dominguez-Lara, S. (2016). Datos normativos de la Escala de Procrastinación Académica en estudiantes de psicología de Lima. *Universidad Nacional de Córdoba - Evaluar*, 16(1), 20-30. <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/revaluar>
- Dominguez-Lara, S., & Campos-Uscanga, Y. (2017). Influencia de la satisfacción con los estudios sobre la procrastinación académica en estudiantes de psicología: un estudio preliminar. *Liberabit*, 23(1), 123-135. <https://dx.doi.org/https://doi.org/10.24265/liberabit.2017.v23n1.09>
- Duffield, C. (2018). *Ansiedad de los estudiantes españoles ante las pruebas orales de inglés como lengua extranjera*. España: Universitat de les Illes Balears. https://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/149048/tfm_2017-18_MLL2_cdu328_2029.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Edwards, S., & Hammer, M. (2007). Problem-based learning in early childhood and primary pre-service teacher education: identifying the issues and examining

- the benefits. *Australian Journal of Teacher Education*, 32(2), 1 - 17.
<https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1069633.pdf>
- Ellis, A., & Knaus, W. J. (1977). Overcoming procrastination. New York: Institute for Rational Living. *Scientific Research*, 1(7), 1-11.
[https://www.scirp.org/\(S\(351jmbntvnsjt1aadkposzje\)\)/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=883211](https://www.scirp.org/(S(351jmbntvnsjt1aadkposzje))/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=883211)
- Ergene, T. (April de 2011). The Relationships among Test Anxiety, Study Habits, Achievement, Motivation, and Academic Performance among Turkish High School Students. *Researchgate*, 36(160), 320-330.
https://www.researchgate.net/publication/288093149_The_Relationships_among_Test_Anxiety_Study_Habits_Achievement_Motivation_and_Academic_Performance_among_Turkish_High_School_Students
- Freire, C., Ferradas, M.M., Fernandez, S., & Barca, E. (2019). Ansiedad ante los exámenes en estudiantes de educación primaria: diferencias en función del curso y del género. *Publicaciones*, 49(2), 151-168.
<https://revistaseug.ugr.es/index.php/publicaciones/article/view/8087/0>
- Fulano, C., Cunha, J., Núñez, J.C., Pereira, B. y Rosário, P. (2018). Perspectivas de los adolescentes mozambiqueños sobre el proceso de procrastinación académica. *School Psychology International*, 39 (2), 196-213
<https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0143034318760115>
- Garzón, A., & Gil, J. (2017). Gestión del tiempo y procrastinación en la educación superior. *Universitas Psychologica*, 16(3), 1-13.
<https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/revPsycho/article/view/13103>
- Gordana, S., Dimitar, D., Slagana, A., Zebide, I., & Valbona, U. (2018). *Emotional Intelligence, Test Anxiety and Academic Stress among University Students Education in Modern Society BCES Conference Books (XVI)*. Sofia, Bulgaria: BCES Conference Books. <https://bces-conference-books.org/onewebmedia/2018.157-164.Gordana.Stankovska.pdf>
- Gürültü, E. (2016). Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlilikleri ve akademik erteleme davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Researchgate*, 1-204.
<https://www.researchgate.net/publication/322487804>

- Hernández, G. (2016). *Procrastinación académica, motivos de procrastinación y bienestar psicológico en alumnos de ingeniería industrial de una Universidad de Trujillo* (I). Trujillo {Tesis de licenciatura ,Universidad Privada del Norte}. <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/10716/Hern%c3%a1ndez%20Malca%20Gabriel%20Fernando.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Hernández, L. (2015). *Autorregulación académica* (1). México: Instituto Universitario Anglo Español. <http://www.redie.mx/librosyrevistas/libros/autorregulacion.pdf>
- Hernández, R., & Mendoza, C. P. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. México: McGraw Hill.
- Heshmat, S. (17 de Junio de 2016). The 5 Most Common Reasons We Procrastinate. *Psychology Today*. <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/science-choice/201606/the-5-mostcommon-reasons-we-procrastinate>
- Hooda, M., & Devi, R. (2017). Procrastination a serious problem prevalent among adolescents. *International journal of multidisciplinary*, 7(9), 107-113. https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/61956574/paper_220200131-96837-1pcis37.pdf?1580536509=&response-content-disposition=attachment%3B+filename%3DPROCRASTINATION_A_SERIOUS_PROBLEM_PREVAL.pdf&Expires=1609169708&Signature=ZNqYBKB2oRS31vbQUpGVwYHG6dYMIM4xNK
- Horwitz, E., Horwitz, M., & Cope, J. (1986). Foreign Language Classroom Anxiety. *The modern language journal*, 70(2), 125-132. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1540-4781.1986.tb05256.x>
- Kim, J., Hong, H., Lee, J., & Hyun, M. H. (2017). Effects of time perspective and self-control on procrastination. *Journal of behavioral addictions*, 6(2), 229-236. <https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.017>
- Klingsieck, K. (2016). Academic Procrastination: Psychological Antecedents Revisited. *Australian Psychological Society*, 51(1), 36-43. <https://aps.onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/ap.12173>

- Llacsá, M., & Paz, R. (2017). *Efectos de la técnica de liberación emocional para disminuir la ansiedad ante los exámenes en estudiantes del primer ciclo de psicología*. Lambayeque {Tesis de maestría, Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo}. <http://repositorio.unprg.edu.pe/handle/UNPRG/7167>
- López-Roldán, P., & Facheli, S. (2016). *Metodología Social Cuantitativa (I)*. Barcelona, España: Universidad Autónoma de Barcelona. https://ddd.uab.cat/pub/caplli/2016/163567/metinvsocua_a2016_cap2-3.pdf
- Maralani, F. M., Lavasani, M. G., & Hejazi, E. (2016). Structural Modeling on the Relationship between Basic Psychological Needs, Academic Engagement, and Test Anxiety. *Journal of Education and Learning*, 5(4), 44-52. <https://doi.org/10.5539/jel.v5n4p44>
- Martínez-Otero, V. (2014). Ansiedad en estudiantes universitarios: estudio de una muestra de alumnos de la Facultad de Educación. *Revista de la Facultad de Educación de Albacete*, 29(2), 1-16. <https://revista.uclm.es/index.php/ensayos/article/view/384>
- Mccloskey, J., & Scielzo, S. (Enero de 2015). The Development and Validation of the Academic Procrastination Scale. *Researchgate*, 1(1), 19-25. https://www.researchgate.net/publication/273259879_Finally_The_Development_and_Validation_of_the_Academic_Procrastination_Scale
- Mohammad, A., & Mojtaba, G. (2017). Investigating Students' Test Anxiety and Attitude toward Foreign Language Learning in Secondary School in Ilam. *Journal of Pan-Pacific Association of Applied Linguistics*, 20 (2), 51-69. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1129482.pdf>
- Natividad, L. (2014). Análisis de la procrastinación en estudiantes universitarios. *Roderic*, 1(1), 1-11. {Tesis doctoral , universidad de Valencia} <https://roderic.uv.es/bitstream/handle/10550/37168/Tesis%20Luis%20A.%20Natividad.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- O'Donnell, J., & Shelton, R. (2017). *Tratamiento farmacológico de la depresión y de los trastornos por ansiedad*. Access Medicina.

<https://accessmedicina.mhmedical.com/content.aspx?bookid=1882§ionid=138609027>

- Özzorlu, E., & İnan, G. (2019). Academic Procrastination in Middle School: Is It Related to Perceived Parental Attitudes and Locus of Control? *Journal of Education*, 16(1), 156-181. <https://hayefjournal.org/en/academic-procrastination-in-middle-school-is-it-related-to-perceived-parental-attitudes-and-locus-of-control-13684>
- Padilla, M. (Junio de 2017). Academic Procrastination: The Case of Mexican Researchers in Psychology. *Researchgate*, 1(1), 1-15. https://www.researchgate.net/publication/317649578_Academic_Procrastination_The_Case_of_Mexican_Researchers_in_Psychology
- Palacios, J., Betilo, F., Bernaola, P., & Capcha, T. (2020). Procrastinación y estrés en el engagement académico en universitarios. *Revista Multi-Ensayos*. <https://www.camjol.info/index.php/multiensayos/article/view/9336>
- Pickles, M. (14 de Enero de 2017). "Procrastinación, el problema más grave en la educación" (y cómo vencerlo). BBC NEWS MUNDO: <https://www.bbc.com/mundo/noticias-38597625>
- Pulido, F., & Herrera, F. (2018). Predictores sociodemográficos de la ansiedad y el rendimiento académico en estudiantes. *RMIP*, 10(1), 82-93. <http://www.revistamexicanadeinvestigacionenpsicologia.com/index.php/RMIP/article/view/323/194>
- Putwain, D. W., & Symes, W. (2018). Does increased effort compensate for performance debilitating test anxiety? *School Psychology Quarterly*, 33(3), 482-491. <https://doi.org/10.1037/spq0000236>
- Querevalú, F., & Echabaudes, R. (2020). Procrastinación académica y ansiedad frente a los exámenes en estudiantes de 3° a 5° del nivel secundario en colegios de Lima. *Revista Científica De Ciencias De La Salud*, 13(1), 79-87. <https://doi.org/10.17162/rccs.v13i1.1350>
- Radtke, S. R., Strege, M. V., & Ollendick, H. T. (2020). Exposure therapy for children and adolescents with social anxiety disorder. *Exposure Therapy for Children*

with Anxiety and OCD, 1(1), 193-219. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-815915-6.00009-3>

Ramos-Galarza, C., Jadán-Guerrero, J., Paredes-Nuñez, L., Bolaños-Pasquel, M., & Gómez-García. (2017). Procrastinación, adicción al internet y rendimiento académico de estudiantes universitarios ecuatorianos. *Estudios Pedagógicos*, 43(3), 275-289. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/estped/v43n3/art16.pdf>

Rodriguez, A., & Clariana, M. (2017). Procrastinación en estudiantes universitarios: su relación con la edad y el curso académico. *Revista Colombiana de Psicología*, 26(1), 45-60. https://www.researchgate.net/publication/313962233_Procrastinacion_en_Estudiantes_Universitarios_Su_Relacion_con_la_Edad_y_el_Curso_Academico

Rojas, M. (2015). Tipos de Investigación científica: Una simplificación de la complicada incoherente nomenclatura y clasificación. *Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal*, 16(1), 1-14. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=63638739004>

Rosas, N. (2017). Estados de ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de los centros de educación básica alternativa - Juliaca. *Revista Científica de Investigación Andina*, 1(1), 24-30. <https://revistas.uancv.edu.pe/index.php/RCIA/article/viewFile/542/477>

Saman, A. (2017). Investigating procrastination in higher education. *Advances in social science, education and humanities research*, 149(1), 181-183. <https://dx.doi.org/10.2991/icest-17.2017.60>

Sánchez, H., & Reyes, C. (2015). *Metodología y Diseños en la Investigación Científica* (5). Vision universitaria Lima-Perú

Steel, P., & Klingsieck, K. (2016). Academic Procrastination: Psychological Antecedents. *Revisited. Australian Psychologist*, 51(1), 36-46. https://www.researchgate.net/publication/291389227_Academic_Procrastination_Psychological_Antecedents_Revisited

- Valero, A. (1999). Evaluation of test anxiety: Application data and reliability of a CAEX questionnaire. *Annals of Psychology*, 15(2), 223-231. https://www.um.es/analesps/v15/v15_2pdf/08v97_10caex.PDF
- Valle, L. (2019). *Procrastinación y Estrés Académicos en Estudiantes de Quinto Grado de Secundaria de una Institución Educativa Parroquial del Distrito de Comas*. Lima {Tesis de maestría, Universidad Ricardo Palma}. <https://repositorio.urp.edu.pe/handle/URP/2759>
- Wang, Y. (17 de Noviembre de 2020). Academic procrastination and test anxiety: A cross-lagged panel analysis. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 1(1), 1-8. <https://doi.org/10.1017/jgc.2020.29>
- Wolters, C. A. (2003). Understanding procrastination from a self-regulated learning perspective. *Journal of Educational Psychology*, 95(1), 179-187. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.95.1.179>
- Yang, Y. (2017). Test anxiety analysis of Chinese college students in computerbased spoken English test. *Educational Technology & Society*, 20(2), 63-73. <https://eric.ed.gov/?id=EJ1137519>
- Yurtseven, N., & Akpur, U. (2018). Perfectionism, Anxiety and Procrastination as Predictors of EFL Academic Achievement: A Mixed Methods Study. *Novitas-ROYAL (Research on Youth and Language)*, 12(2), 96-115. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1195277.pdf>
- Zeliha, T., & Gülden, G. (24 de Agosto de 2020). Academic Procrastination and Social Anxiety as Predictive Variables Internet Addiction of Adolescents. *International Education Studies*, 13(9), 1-13. https://www.researchgate.net/publication/343835158_Academic_Procrastination_and_Social_Anxiety_as_Predictive_Variables_Internet_Addiction_of_Adolescents

ANEXOS

ANEXO 1: Matriz de operacionalización de variables

Variable independiente: Procrastinación académica												
Definición conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	indicadores	ítems	Escalas y Valores	Rango						
La procrastinación académica según Busko (1998) la definió como la tendencia de evitar o dejar para después las tareas, teniendo la intención de ejecutar en un tiempo establecido, pero es dejado de lado por la falta de motivación que les produce el realizar la tarea.	La procrastinación académica es medida a través de sus dimensiones: autorregulación académica y la postergación de actividades. Además, contiene criterios e indicadores que serán evaluados mediante 16 ítems y niveles alto, medio y bajo.	Autorregulación académica. Postergación de actividades	<ul style="list-style-type: none"> Planificar y efectuar las actividades. Organizar el tiempo para las tareas. Aplazamiento de las tareas académicas. Esperar el último momento para cumplir las tareas académicas. 	<ul style="list-style-type: none"> 1,2,3, 4,5, 6,7, 8,9,10 11,12,13, 14,15,16 	<ol style="list-style-type: none"> Nunca Pocas veces A veces Casi siempre Siempre 	<table> <tr> <td>Alto</td> <td>52 - 60</td> </tr> <tr> <td>Medio</td> <td>43 - 51</td> </tr> <tr> <td>Bajo</td> <td>34 - 42</td> </tr> </table>	Alto	52 - 60	Medio	43 - 51	Bajo	34 - 42
Alto	52 - 60											
Medio	43 - 51											
Bajo	34 - 42											

Nota: Elaboración propia

Variable dependiente: Ansiedad ante los exámenes de inglés

Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	indicadores	Ítems.	Escalas y valores	Rango
Valero (1999) Son las respuestas motoras, fisiológicas, verbales, cognitivas que suele presentarse en las diversas presentaciones frente a un examen.	Ansiedad ante exámenes de inglés es medido por las dimensiones: preocupación, respuestas fisiológicas, situaciones y respuestas de evitación y consta de 50 ítems	Preocupación	<ul style="list-style-type: none"> • Impedimento para concentrarse y estudiar. • Desasosiego • Razonamiento perjudicial • sentimientos adversos 	<ul style="list-style-type: none"> • 1,2, • 3,4, • 5,6, • 7,8, • 9,10, • 11,12, • 13,14. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Nunca 2. Pocas veces 3. A veces 4. Casi siempre 5. Siempre 	Alto: 142 – 180 Medio: 104 - 141 Bajo: 66 - 103
		Respuestas fisiológicas	<ul style="list-style-type: none"> • Impedimento para respirar • Problemas cardiacos • Sudoración • Sequedad de la boca • Malestares en el cuerpo 	<ul style="list-style-type: none"> • 15,16, • 17,18, • 19,20, • 21,22, • 23,24, • 25,26, • 27,28,29 		
		Situaciones	<ul style="list-style-type: none"> • Entorno difícil • Nerviosismo constante • Pavor a las pruebas • Inestabilidad al dar respuesta • Miedo a exámenes prácticos • Dispensarse de dar examen 	<ul style="list-style-type: none"> • 30,31, • 32,33,34, • 35,36, • 37,38, • 39,40, • 41,42,43. • 44,45,46, • 47,48, • 49,50. 		
		Respuestas de evitación	<ul style="list-style-type: none"> • Agitación en su cuerpo • Mantenerse paralizado • Sentirse calmado al postergarse un examen 			

Nota: Elaboración propia

ANEXO 2: Matriz de consistencia

TÍTULO: Procrastinación académica en la ansiedad ante exámenes de inglés en estudiantes - Institución Educativa "Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray", Comas 2020.							
AUTOR: Beatriz Lorena Bustamante Ramírez							
PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES E INDICADORES				
<p>Problema General: ¿Cuál es la incidencia de procrastinación académica en la ansiedad ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa "Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray", Comas, 2020?</p> <p>Problemas Específicos: PE1: ¿Cuál es la incidencia de la procrastinación académica en la preocupación ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa "Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray", Comas, 2020? PE2: ¿Cuál es la incidencia de procrastinación académica en las relaciones fisiológicas ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa "Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray", Comas, 2020?</p>	<p>Objetivo general: Establecer la incidencia de la procrastinación académica en la ansiedad ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa "Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray", Comas, 2020.</p> <p>Objetivos específicos: OE1: Determinar la incidencia de la procrastinación académica en la preocupación ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa "Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray", Comas, 2020. OE2: Determinar la incidencia de la procrastinación académica en las funciones fisiológicas ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa "</p>	<p>Hipótesis general: La procrastinación académica incide significativamente en la ansiedad ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa "Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray", Comas, 2020.</p> <p>Hipótesis específicas: HE1. La procrastinación académica incide significativamente en la preocupación ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa "Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray", Comas, 2020. HE2: La procrastinación académica incide significativamente en las respuestas fisiológicas ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa "Mariscal Andrés Avelino</p>	VARIABLE 1: PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA			<p>NIVELES Y RANGOS</p> <p>Bajo Medio Alto</p>	
			DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS		ESCALA DE MEDICIÓN
			Autorregulación académica.	Planificar y efectuar las actividades. Organizar el tiempo para las tareas.	1,2,3, 4,5, 6,7, 8,9,10		1. Nunca 2. Pocas veces 3. A veces Casi 4. siempre 5. Siempre
			Postergación de actividades	Aplazamiento de las tareas académicas. Esperar el último momento para cumplir las tareas académicas	11,12,13, 14,15,16		
			VARIABLE 2: ANSIEDAD ANTE LOS EXÁMENES				<p>ESCALA DE MEDICIÓN</p> <p>1Nunca 2 pocas veces 3 a veces 4 casi siempre 5 siempre</p>
			DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS		
Preocupación	<ul style="list-style-type: none"> Impedimento para concentrarse y estudiar. Desasosiego Razonamiento perjudicial Sentimientos adversos 	1,2, 3,4, 5,6, 7,8, 9,10, 11,12, 13,14.					
Respuestas fisiológicas	<ul style="list-style-type: none"> Impedimento para respirar Problemas cardiacos Sudoración Sequedad de la boca Malestares en el cuerpo 						

<p>PE3: ¿Cuál es la incidencia de procrastinación académica en la situación ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa "Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray", Comas, 2020?</p> <p>PE4: ¿Cuál es la incidencia de procrastinación académica en las reacciones de evitación ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa "Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray", Comas, 2020?</p>	<p>"Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray", Comas, 2020.</p> <p>OE3: Determinar la incidencia de procrastinación académica en la situación ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa "Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray", Comas, 2020.</p> <p>OE4: Determinar la incidencia de procrastinación académica en las reacciones de evitación ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa "Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray", Comas, 2020.</p>	<p>Cáceres Dorregaray", Comas, 2020.</p> <p>HE3: La procrastinación académica incide significativamente en la situación ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa "Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray", Comas, 2020.</p> <p>HE4: La procrastinación académica incide significativamente en las reacciones de evitación ante exámenes de inglés en los estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa "Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray", Comas, 2020.</p>	<p>Situaciones</p> <p>Reacciones de evitación</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Entorno difícil • Nerviosismo constante • Pavor a las pruebas • Inestabilidad al dar respuesta • Miedo a exámenes prácticos <ul style="list-style-type: none"> • postergarse un examen. • Dispensarse de dar examen. • Agitación en su cuerpo. • Mantenerse paralizado. • Sentirse calmado al postergarse un examen 	<p>30,31, 32,33,34, 35,36, 37,38, 39,40, 41,42,43</p> <p>44,45,46, 47,48, 49,50</p>		
NIVEL - DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	POBLACIÓN Y MUESTRA	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS		ESTADÍSTICA A UTILIZAR			
<p>TIPO: El tipo de estudio es básico, NIVEL: explicativa. DISEÑO: El diseño es no experimental, correlacional causal y transversal</p>	<p>Educativa "Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray", Comas, 2020; tiene una población de 760 estudiantes. TAMAÑO DE MUESTRA: Se tomará un muestreo de 90 estudiantes del segundo año de secundaria de la Institución Educativa "Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray", Comas, 2020. MUESTREO: No probabilístico intencional</p>	<p>TÉCNICAS: Para las dos variables: encuestas INSTRUMENTOS: Para las dos variables cuestionario y la escala. De acuerdo a la escala de valoración de Likert</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Nunca 2. Pocas veces 3. A veces 4. Casi siempre 5. Siempre 		<p>ESTADÍSTICA DESCRIPTIVA: Análisis descriptivo y explicativo de las variables con sus respectivas dimensiones para procesar los resultados de las variables y presentación mediante: a) tablas de frecuencia y tablas cruzadas b) figuras estadísticas ESTADÍSTICA INFERENCIAL: Para la contrastación de hipótesis, se empleó la estadística inferencial se realizó la prueba de la regresión logística ordinal.</p>			

ANEXO 3: Instrumentos de recolección de datos

ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

Deborah Ann Busko (1998)
Adaptación: Oscar Álvarez (2010)

ALUMNO: _____ FECHA _____

Lee cada uno de los ítems o situaciones que describen la forma de estudiar y marca la respuesta que consideres correcta, tomando en cuenta el siguiente cuadro.

S (siempre = 5)	C N (casi nunca = 2)
C S (Casi siempre = 4)	N (nunca = 1)
A (a veces = 3)	

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

CUESTIONARIO DE ANSIEDAD ANTE EXÁMENES

Valero (1999)

Bustamante (2020)

ALUMNO: _____ **FECHA:** _____

Lee cada uno de los ítems o situaciones que describen el grado de ansiedad o malestar que sientes ante las situaciones y marca la respuesta que consideres, tomando en cuenta el siguiente cuadro:

S (siempre = 5)	C N (casi nunca = 2)
C S (Casi siempre = 4)	N (nunca = 1)
A (a veces = 3)	

N°	Ítems	S	CS	A	CN	N
	DIMENSIÓN 1 Preocupación					
1	Me siento nervioso si el profesor se para junto a mí y ya no puedo seguir contestando el examen de inglés.					
2	Después del examen de inglés, lloro con facilidad, al pensar lo mal que lo he hecho, aunque no sepa el resultado.					
3	Mientras estoy realizando el examen de inglés, pienso que lo estoy haciendo muy mal.					
4	Me siento nervioso si los demás comienzan a entregar antes que yo el examen.					
5	Pienso que el profesor me está observando durante el tiempo que dure el examen de inglés.					
6	Suelo mordirme las uñas o el lapicero durante los exámenes de inglés.					
7	No puedo quedarme quieto mientras hago el examen de inglés. (Muevo los pies, el bolígrafo, miró alrededor, miro la hora, etc.).					
8	Pienso que no voy a poder aprobar el examen de inglés, aunque haya estudiado.					
9	Antes de hacer el examen de inglés pienso que no me acuerdo de nada y voy a suspenderlo.					
10	Si me siento en las primeras filas aumenta mi nerviosismo.					
11	Si el examen de inglés tiene un tiempo fijo para realizarse, aumenta mi nerviosismo y lo hago peor.					
12	Al salir, tengo la sensación de haber hecho muy mal el examen de inglés.					
13	Pienso que me voy a poner nervioso y se me va a olvidar todo el vocabulario de inglés.					
14	Tardó mucho en decidirme por contestar la mayoría de las preguntas, o en entregar el examen de inglés.					
	DIMENSIÓN 2 Respuestas fisiológicas					
15	En los exámenes de inglés me sudan las manos.					
16	Cuando llevo un rato haciendo el examen de inglés, siento molestias en el estómago y necesidad de defecar.					
17	Al comenzar a leer el examen de inglés se me nubla la vista no entiendo lo que leo.					
18	Cuando terminó el examen de inglés me duele la cabeza.					

19	Cuando llevo un rato haciendo el examen de inglés, siento que me falta el aire, mucho calor y sensación de que me voy a desmayar.					
20	Me pongo nervioso al ver al profesor con los exámenes de inglés antes de entrar al salón de clase.					
21	En el examen de inglés siento rígidas las manos y los brazos.					
22	Antes de entrar al examen de inglés siento un "nudo" en el estómago, que desaparece al comenzar a resolver.					
23	Tengo grandes ganas de ir al cuarto de baño durante el examen de inglés.					
24	No consigo dormirme la noche anterior al examen de inglés.					
25	Me pone nervioso que el examen de inglés sea multitudinario.					
26	He sentido mareos y náuseas en el examen de inglés.					
27	Momentos antes de hacer el examen de inglés tengo la boca seca y me cuesta tragar.					
28	Cuando estoy haciendo el examen de inglés, el corazón me late muy deprisa.					
29	Al entrar al salón donde se va a realizar el examen de inglés me tiemblan las piernas.					
	DIMENSIÓN 3 Situaciones					
30	Las condiciones donde se realiza el examen de inglés (demasiado ruido, calor, frío, sol, etc.) me influyen aumentando mi nerviosismo.					
31	Me siento nervioso al resolver el examen de inglés, en auditorios muy grandes.					
32	Los grupos comentando las preguntas del examen de inglés antes de que éste dé comienzo, me ponen nervioso.					
	Me siento nervioso en:					
33	Un examen de entrevista personal en inglés.					
34	Un examen oral en inglés en público.					
35	Una exposición en inglés de un trabajo en clase.					
36	Un examen escrito en inglés con preguntas alternativas.					
37	Un examen escrito en inglés con preguntas abiertas.					
38	Un examen escrito en inglés de desarrollo de un tema completo.					
39	Un examen tipo debate en inglés.					
40	Un examen en inglés de cultura general.					
41	Un examen de comprensión de lectura en inglés.					
42	Un examen con pruebas físicas o gimnásticas con instrucciones en inglés.					
43	Un examen práctico en inglés (escribir a máquina, manejar la computadora, preparar una receta de una comida, etc.)					
	Dimensión 4 Respuestas de evitación					
44	Si llego cinco minutos tarde a un examen de inglés, ya no entro.					
45	Al comenzar el examen nada más leer o escuchar las preguntas en inglés me salgo y lo entregó en blanco.					
46	Suelo darle muchas vueltas antes de decidir presentarme al examen de inglés.					
47	Siento grandes deseos de fumar durante el examen de inglés.					
48	Me pongo mal y doy excusas para no hacer el examen de inglés.					
49	Para mí es una tranquilidad o alivio cuando, por cualquier razón, se suspende el examen de inglés					
50	Me siento nervioso en las clases de inglés, cuando empiezan las evaluaciones.					

ANEXO Nº 4: Validación de instrumentos



CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	DIMENSIÓN 1 Autorregulación académica.							
1	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes	✓		✓		✓		
2	Cuando me asignan lecturas, las leo la noche anterior.	✓		✓		✓		
3	Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase.	✓		✓		✓		
4	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.	✓		✓		✓		
5	Asisto regularmente a clases.	✓		✓		✓		
6	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.	✓		✓		✓		
7	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.	✓		✓		✓		
8	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.	✓		✓		✓		
9	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.	✓		✓		✓		
10	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas	✓		✓		✓		
	DIMENSIÓN 2 Postergación de actividades	Si	No	Si	No	Si	No	
11	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.	✓		✓		✓		
12	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.	✓		✓		✓		
13	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.	✓		✓		✓		
14	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan	✓		✓		✓		
15	Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy.	✓		✓		✓		
16	Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea.	✓		✓		✓		

Observaciones (preclear si hay suficiencia): HAY SUFICIENCIA

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador. Dr. / Mg: ROMERO ESPINOZA ANGIE LUSA DNI: 7006010

Especialidad del validador: DOCENCIA UNIVERSITARIA

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
³Claridad: 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

24 de 10 del 2020

Firma del Experto Informante.



CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE ANSIEDAD ANTE EXÁMENES DE INGLÉS

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
1	Me siento nervioso si el profesor se para junto a mí y ya no puedo seguir contestando el examen de inglés.	✓		✓		✓		
2	Después del examen de inglés, lloro con facilidad, al pensar lo mal que lo he hecho aunque no sepa el resultado.	✓		✓		✓		
3	Mientras estoy realizando el examen de inglés, pienso que lo estoy haciendo muy mal.	✓		✓		✓		
4	Me siento nervioso si los demás comienzan a entregar antes que yo el examen.	✓		✓		✓		
5	Pienso que el profesor me está observando durante el tiempo que dure el examen de inglés.	✓		✓		✓		
6	Suelo mordirme las uñas o el lapicero durante los exámenes de inglés.	✓		✓		✓		
7	No puedo quedarme quieto mientras hago el examen de inglés. (muevo los pies, el bolígrafo, miro alrededor, miro la hora, etc.).	✓		✓		✓		
8	Pienso que no voy a poder aprobar el examen de inglés, aunque haya estudiado.	✓		✓		✓		
9	Antes de hacer el examen de inglés pienso que no me acuerdo de nada y voy a suspenderlo.	✓		✓		✓		
10	Si me siento en las primeras filas aumenta mi nerviosismo.	✓		✓		✓		
11	Si el examen de inglés tiene un tiempo fijo para realizarse, aumenta mi nerviosismo y lo hago peor.	✓		✓		✓		
12	Al salir, tengo la sensación de haber hecho muy mal el examen de inglés.	✓		✓		✓		
13	Pienso que me voy a poner nervioso y se me va a olvidar todo el vocabulario de inglés.	✓		✓		✓		
14	Tardó mucho en decidirme por contestar la mayoría de las preguntas, o en entregar el examen de inglés.	✓		✓		✓		
	DIMENSIÓN 2 Respuestas fisiológicas	Si	No	Si	No	Si	No	
15	En los exámenes de inglés me sudan las manos.	✓		✓		✓		
16	Cuando llevo un rato haciendo el examen de inglés, siento molestias en el estómago y necesidad de defecar.	✓		✓		✓		
17	Al comenzar a leer el examen de inglés se me nubla la vista no entiendo lo que leo.	✓		✓		✓		
18	Cuando termino el examen de inglés me duele la cabeza.	✓		✓		✓		
19	Cuando llevo un rato haciendo el examen de inglés, siento	✓		✓		✓		



	que me falta el aire, mucho calor y sensación de que me voy a desmayar.	✓		✓		✓	
20	Me pongo nervioso al ver al profesor con los exámenes de inglés antes de entrar al salón de clase.	✓		✓		✓	
21	En el examen de inglés siento rígidas las manos y los brazos.	✓		✓		✓	
22	Antes de entrar al examen de inglés siento un "nudo" en el estómago, que desaparece al comenzar a resolver.	✓		✓		✓	
23	Tengo grandes ganas de ir al cuarto de baño durante el examen de inglés.	✓		✓		✓	
24	No consigo dormirme la noche anterior al examen de inglés.	✓		✓		✓	
25	Me pone nervioso que el examen de inglés sea multitudinario.	✓		✓		✓	
26	He sentido mareos y náuseas en el examen de inglés.	✓		✓		✓	
27	Momentos antes de hacer el examen de inglés tengo la boca seca y me cuesta tragar.	✓		✓		✓	
28	Cuando estoy haciendo el examen de inglés, el corazón me late muy deprisa.	✓		✓		✓	
29	Al entrar al salón donde se va a realizar el examen de inglés me tiemblan las piernas.	✓		✓		✓	
	DIMENSIÓN 3 Situaciones	Si	No	Si	No	Si	No
30	Las condiciones donde se realiza el examen de inglés (demasiado ruido, calor, frío, sol, etc.) me influyen aumentando mi nerviosismo.	✓		✓		✓	
31	Me siento nervioso al resolver el examen de inglés, en auditorios muy grandes.	✓		✓		✓	
32	Los grupos comentando las preguntas del examen de inglés antes de que éste dé comienzo, me ponen nervioso.	✓		✓		✓	
	Me siento nervioso en :						
33	Un examen de entrevista personal en inglés.	✓		✓		✓	
34	Un examen oral en inglés en público.	✓		✓		✓	
35	Una exposición en inglés de un trabajo en clase.	✓		✓		✓	
36	Un examen escrito en inglés con preguntas alternativas.	✓		✓		✓	
37	Un examen escrito en inglés con preguntas abiertas.	✓		✓		✓	
38	Un examen escrito en inglés de desarrollo de un tema completo.	✓		✓		✓	
39	Un examen tipo debate en inglés.	✓		✓		✓	
40	Un examen en inglés de cultura general.	✓		✓		✓	
41	Un examen de comprensión de lectura en inglés.	✓		✓		✓	

42	Un examen con pruebas físicas o gimnásticas con instrucciones en inglés.	✓		✓		✓	
43	Un examen práctico en inglés (escribir a máquina, manejar la computadora, preparar una receta de una comida, etc.)	✓		✓		✓	
Dimensión 4 Respuestas de evitación		Si	No	Si	No	Si	No
44	Si llego cinco minutos tarde a un examen de inglés, ya no entro.	✓		✓		✓	
45	Al comenzar el examen nada más leer o escuchar las preguntas en inglés me salgo y lo entrego en blanco.	✓		✓		✓	
46	Suelo darle muchas vueltas antes de decidir presentarme al examen de inglés.	✓		✓		✓	
47	Siento grandes deseos de fumar durante el examen de inglés.	✓		✓		✓	
48	Me pongo malo y doy excusas para no hacer el examen de inglés.	✓		✓		✓	
49	Para mí es una tranquilidad o alivio cuando, por cualquier razón, se suspende el examen de inglés	✓		✓		✓	
50	Me siento nervioso en las clases de inglés, cuando empieza las evaluaciones.	✓		✓		✓	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): HAY SUFICIENCIA

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

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: ROMERO ESPINOZA ANGIE LUISA DNI: 70006010

Especialidad del validador: DOCENCIA UNIVERSITARIA

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

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

³Claridad: 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

24 de 10 del 2020


Firma del Experto Informante.



CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	DIMENSIÓN 1 Autorregulación académica.							
1	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes	x		x		x		
2	Cuando me asignan lecturas, las leo la noche anterior.	x		x		x		
3	Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase.	x		x		x		
4	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.	x		x		x		
5	Asisto regularmente a clases.	x		x		x		
6	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.	x		x		x		
7	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.	x		x		x		
8	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.	x		x		x		
9	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.	x		x		x		
10	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas	x		x		x		
	DIMENSIÓN 2 Postergación de actividades							
11	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.	x		x		x		
12	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.	x		x		x		
13	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.	x		x		x		
14	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan	x		x		x		
15	Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy.	x		x		x		
16	Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea.	x		x		x		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): _____

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable** **Aplicable después de corregir** **No aplicable**

Apellidos y nombres del juez validador. **Dr. Jessica Paola Palacios Garay** DNI: 00370757

Especialidad del validador.: **Temático**

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

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

25 de octubre del 2020


Dra. Jessica Paola Palacios Garay
CPP: 0300370757

Firma del Experto Informante.



CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE ANSIEDAD ANTE EXÁMENES DE INGLÉS

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	DIMENSION 1 Preocupación							
1	Me siento nervioso si el profesor se para junto a mí y ya no puedo seguir contestando el examen de inglés.	x		x		x		
2	Después del examen de inglés, lloro con facilidad, al pensar lo mal que lo he hecho aunque no sepa el resultado.	x		x		x		
3	Mientras estoy realizando el examen de inglés, pienso que lo estoy haciendo muy mal.	x		x		x		
4	Me siento nervioso si los demás comienzan a entregar antes que yo el examen.	x		x		x		
5	Pienso que el profesor me está observando durante el tiempo que dure el examen de inglés.	x		x		x		
6	Suelo mordirme las uñas o el lapicero durante los exámenes de inglés.	x		x		x		
7	No puedo quedarme quieto mientras hago el examen de inglés. (muevo los pies, el bolígrafo, miro alrededor, miro la hora, etc.).	x		x		x		
8	Pienso que no voy a poder aprobar el examen de inglés, aunque haya estudiado.	x		x		x		
9	Antes de hacer el examen de inglés pienso que no me acuerdo de nada y voy a suspenderlo.	x		x		x		
10	Si me siento en las primeras filas aumenta mi nerviosismo.	x		x		x		
11	Si el examen de inglés tiene un tiempo fijo para realizarse, aumenta mi nerviosismo y lo hago peor.	x		x		x		
12	Al salir, tengo la sensación de haber hecho muy mal el examen de inglés.	x		x		x		
13	Pienso que me voy a poner nervioso y se me va a olvidar todo el vocabulario de inglés.	x		x		x		
14	Tardó mucho en decidirme por contestar la mayoría de las preguntas, o en entregar el examen de inglés.	x		x		x		
	DIMENSION 2 Respuestas fisiológicas	Si	No	Si	No	Si	No	
15	En los exámenes de inglés me sudan las manos.	x		x		x		
16	Cuando llevo un rato haciendo el examen de inglés, siento molestias en el estómago y necesidad de defecar.	x		x		x		
17	Al comenzar a leer el examen de inglés se me nubla la vista no entiendo lo que leo.	x		x		x		
18	Cuando termino el examen de inglés me duele la cabeza.	x		x		x		



19	Cuando llevo un rato haciendo el examen de inglés, <u>siento</u> que me falta el aire, mucho calor y sensación de que me voy a desmayar.	x		x		x	
20	Me pongo nervioso al ver al profesor con los exámenes de inglés antes de entrar al salón de clase.	x		x		x	
21	En el examen de inglés siento rígidas las manos y los brazos.	x		x		x	
22	Antes de entrar al examen de inglés siento un "nudo" en el estómago, que desaparece al comenzar a resolver.	x		x		x	
23	Tengo grandes ganas de ir al cuarto de baño durante el examen de inglés.	x		x		x	
24	No consigo dormir la noche anterior al examen de inglés.	x		x		x	
25	Me pone nervioso que el examen de inglés sea multitudinario.	x		x		x	
26	He sentido mareos y náuseas en el examen de inglés.	x		x		x	
27	Momentos antes de hacer el examen de inglés tengo la boca seca y me cuesta tragar.	x		x		x	
28	Cuando estoy haciendo el examen de inglés, el corazón me late muy deprisa.	x		x		x	
29	Al entrar al salón donde se va a realizar el examen de inglés me tiemblan las piernas.	x		x		x	
	DIMENSION 3 Situaciones	Si	No	Si	No	Si	No
30	Las condiciones donde se realiza el examen de inglés (demasiado ruido, calor, frío, sol, etc.) me influyen aumentando mi nerviosismo.	x		x		x	
31	Me siento nervioso al resolver el examen de inglés, en auditorios muy grandes.	x		x		x	
32	Los grupos comentando las preguntas del examen de inglés antes de que éste dé comienzo, me ponen nervioso.	x		x		x	
	Me siento nervioso en :						
33	Un examen de entrevista personal en inglés.	x		x		x	
34	Un examen oral en inglés en público.	x		x		x	
35	Una exposición en inglés de un trabajo en clase.	x		x		x	
36	Un examen escrito en inglés con preguntas alternativas.	x		x		x	
37	Un examen escrito en inglés con preguntas abiertas.	x		x		x	
38	Un examen escrito en inglés de desarrollo de un tema completo.	x		x		x	
39	Un examen tipo debate en inglés.	x		x		x	
40	Un examen en inglés de cultura general.	x		x		x	
41	Un examen de comprensión de lectura en inglés.	x		x		x	
42	Un examen con pruebas físicas o gimnásticas con instrucciones en inglés.	x		x		x	
43	Un examen práctico en inglés (escribir a máquina, manejar la computadora, preparar una receta de una comida, etc.)	x		x		x	



	Dimensión 4 Respuestas de evitación	Si	No	Si	No	Si	No	
44	Si llego cinco minutos tarde a un examen de inglés, ya no entro.	x		x		x		
45	Al comenzar el examen nada más leer o escuchar las preguntas en inglés me salgo y lo entrego en blanco.	x		x		x		
46	Suelo darle muchas vueltas antes de decidir presentarme al examen de inglés.	x		x		x		
47	Siento grandes deseos de fumar durante el examen de inglés.	x		x		x		
48	Me pongo malo y doy excusas para no hacer el examen de inglés.	x		x		x		
49	Para mí es una tranquilidad o alivio cuando, por cualquier razón, se suspende el examen de inglés	x		x		x		
50	Me siento nervioso en las clases de inglés, cuando empieza las evaluaciones.	x		x		x		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): _____

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

Apellidos y nombres del juez validador. Dr. Jessica Paola Palacios Garay **DNI:** 00370757

Especialidad del validador: temático

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

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

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

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


Dra. Jessica Paola Palacios Garay
CPP: 0300370757

Firma del Experto Informante.



CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE PROCARASTINACIÓN ACADÉMICA

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	DIMENSIÓN 1 Autorregulación académica.							
1	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes	X		X		X		
2	Cuando me asignan lecturas, las leo la noche anterior.	X		X		X		
3	Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase.	X		X		X		
4	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.	X		X		X		
5	Asisto regularmente a clases.	X		X		X		
6	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.	X		X		X		
7	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.	X		X		X		
8	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.	X		X		X		
9	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.	X		X		X		
10	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas	X		X		X		
	DIMENSIÓN 2 Postergación de actividades							
11	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.	X		X		X		
12	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.	X		X		X		
13	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.	X		X		X		
14	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan	X		X		X		
15	Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy.	X		X		X		
16	Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea.	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): HAY SUFICIENCIA

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

Apellidos y nombres del juez validador. Dr. / Mg: Pérez Saavedra, Segundo Sigifredo DNI: 25601051

Especialidad del validador: GESTIÓN DE LA EDUCACIÓN

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

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

³Claridad: 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

20 de octubre de 2020

Firma del Experto Informante.



CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE ANSIEDAD ANTE EXÁMENES DE INGLÉS



Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
1	Me siento nervioso si el profesor se para junto a mí y ya no puedo seguir contestando el examen de inglés.	X		X		X		
2	Después del examen de inglés, lloro con facilidad, al pensar lo mal que lo he hecho aunque no sepa el resultado.	X		X		X		
3	Mientras estoy realizando el examen de inglés, pienso que lo estoy haciendo muy mal.	X		X		X		
4	Me siento nervioso si los demás comienzan a entregar antes que yo el examen.	X		X		X		
5	Pienso que el profesor me está observando durante el tiempo que dure el examen de inglés.	X		X		X		
6	Suelo mordirme las uñas o el lapicero durante los exámenes de inglés.	X		X		X		
7	No puedo quedarme quieto mientras hago el examen de inglés. (<u>muevo</u> los pies, el bolígrafo, miro alrededor, miro la hora, etc.).	X		X		X		
8	Pienso que no voy a poder aprobar el examen de inglés, aunque haya estudiado.	X		X		X		
9	Antes de hacer el examen de inglés pienso que no me acuerdo de nada y voy a suspenderlo.	X		X		X		
10	Si me siento en las primeras filas aumenta mi nerviosismo.	X		X		X		
11	Si el examen de inglés tiene un tiempo fijo para realizarse, aumenta mi nerviosismo y lo hago peor.	X		X		X		
12	Al salir, tengo la sensación de haber hecho muy mal el examen de inglés.	X		X		X		
13	Pienso que me voy a poner nervioso y se me va a olvidar todo el vocabulario de inglés.	X		X		X		
14	Tardó mucho en decidirme por contestar la mayoría de las preguntas, o en entregar el examen de inglés.	X		X		X		
	DIMENSION 2 Respuestas fisiológicas	Si	No	Si	No	Si	No	
15	En los exámenes de inglés me sudan las manos.	X		X		X		
16	Cuando llevo un rato haciendo el examen de inglés, siento molestias en el estómago y necesidad de defecar.	X		X		X		
17	Al comenzar a leer el examen de inglés se me nubla la vista no entiendo lo que leo.	X		X		X		
18	Cuando termino el examen de inglés me duele la cabeza.	X		X		X		
19	Cuando llevo un rato haciendo el examen de inglés, <u>siento</u> que me falta el aire, mucho calor y sensación de que me voy a desmayar.	X		X		X		

20	Me pongo nervioso al ver al profesor con los exámenes de inglés antes de entrar al salón de clase.	X		X		X	
21	En el examen de inglés siento rígidas las manos y los brazos.	X		X		X	
22	Antes de entrar al examen de inglés siento un "nudo" en el estómago, que desaparece al comenzar a resolver.	X		X		X	
23	Tengo grandes ganas de ir al cuarto de baño durante el examen de inglés.	X		X		X	
24	No consigo dormirme la noche anterior al examen de inglés.	X		X		X	
25	Me pone nervioso que el examen de inglés sea multitudinario.	X		X		X	
26	He sentido mareos y náuseas en el examen de inglés.	X		X		X	
27	Momentos antes de hacer el examen de inglés tengo la boca seca y me cuesta tragar.	X		X		X	
28	Cuando estoy haciendo el examen de inglés, el corazón me late muy deprisa.	X		X		X	
29	Al entrar al salón donde se va a realizar el examen de inglés me tiemblan las piernas.	X		X		X	
	DIMENSION 3 Situaciones	Si	No	Si	No	Si	No
30	Las condiciones donde se realiza el examen de inglés (demasiado ruido, calor, frío, sol, etc.) me influyen aumentando mi nerviosismo.	X		X		X	
31	Me siento nervioso al resolver el examen de inglés, en auditorios muy grandes.	X		X		X	
32	Los grupos comentando las preguntas del examen de inglés antes de que éste dé comienzo, me ponen nervioso.	X		X		X	
	Me siento nervioso en :						
33	Un examen de entrevista personal en inglés.	X		X		X	
34	Un examen oral en inglés en público.	X		X		X	
35	Una exposición en inglés de un trabajo en clase.	X		X		X	
36	Un examen escrito en inglés con preguntas alternativas.	X		X		X	
37	Un examen escrito en inglés con preguntas abiertas.	X		X		X	
38	Un examen escrito en inglés de desarrollo de un tema completo.	X		X		X	
39	Un examen tipo debate en inglés.	X		X		X	
40	Un examen en inglés de cultura general.	X		X		X	
41	Un examen de comprensión de lectura en inglés.	X		X		X	
42	Un examen con pruebas físicas o gimnásticas con instrucciones en inglés.	X		X		X	
43	Un examen práctico en inglés (escribir a máquina, manejar la computadora, preparar una receta de una comida, etc.)	X		X		X	
	Dimensión 4 Respuestas de evitación	Si	No	Si	No	Si	No

44	Si llego cinco minutos tarde a un examen de inglés, ya no entro.	X		X		X	
45	Al comenzar el examen nada más leer o escuchar las preguntas en inglés me salgo y lo entrego en blanco.	X		X		X	
46	Suelo darle muchas vueltas antes de decidir presentarme al examen de inglés.	X		X		X	
47	Siento grandes deseos de fumar durante el examen de inglés.	X		X		X	
48	Me pongo malo y doy excusas para no hacer el examen de inglés.	X		X		X	
49	Para mí es una tranquilidad o alivio cuando, por cualquier razón, se suspende el examen de inglés.	X		X		X	
50	Me siento nervioso en las clases de inglés, cuando empieza las evaluaciones.	X		X		X	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): HAY SUFICIENCIA

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

Apellidos y nombres del juez validador. Dr. / Mg: Pérez Saavedra, Segundo Sigifredo **DNI: 25601051**

Especialidad del validador: GESTIÓN DE LA EDUCACIÓN

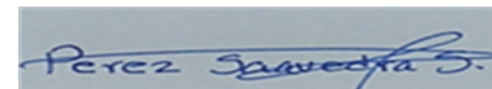
¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

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

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

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

20 de octubre del 2020



Firma del Experto Informante.

ANEXO N° 5: Confiabilidad de la variable procrastinación académica

ARCHIVO	INICIO	INSERTAR	DISEÑO DE PÁGINA	FÓRMULAS	DATOS	REVISAR	VISTA																			
PROCRASTINACION ACADEMICA																										
1.Generalmei 2.Cuando me 3. Cuando r 4.Cuando te 5.Asisto regul. 6. Constante 7.Invierto el ti 8. Trato de m 9. Trato de t 10.Me tomo c 11. Cuando te 12.Trato de 13. Postergo l 14.Posterg 15. Raramente 16. Disfruto la mezcla de desafio con																										
9	10/21/2020 8:36:31	E1	3	2	5	3	5	5	5	3	5	5	5	3	5	3	3	5	3							
10	10/21/2020 9:32:31	E2	3	2	4	5	5	5	4	3	5	5	1	5	1	1	1	1	1							
11	10/21/2020 10:29:37	E3	1	4	3	1	5	3	1	4	1	2	3	1	2	1	2	1	2							
12	10/21/2020 10:42:26	E4	4	3	5	5	5	5	4	5	5	4	1	5	2	2	1	4	4							
13	10/21/2020 10:48:18	E5	3	3	4	2	5	5	4	3	5	5	1	4	1	1	1	1	2							
14	10/22/2020 9:09:48	E6	4	1	5	5	5	4	4	5	5	5	2	5	1	1	4	4	4							
15	10/22/2020 9:24:13	E7	3	3	4	4	5	3	3	4	4	2	3	4	4	4	3	2	2							
16	10/22/2020 10:01:43	E8	5	4	2	2	2	4	4	5	5	5	1	5	1	1	1	5								
17	10/22/2020 10:07:23	E9	4	3	4	4	3	5	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	1							
18	10/22/2020 10:09:17	E10	4	3	5	5	5	5	3	5	5	5	1	5	1	1	2	3								
19	10/22/2020 10:18:19	E11	3	2	3	1	3	3	3	3	3	2	2	4	1	1	1	1								
20	10/22/2020 10:27:27	E12	5	3	4	3	5	5	5	5	2	3	3	5	1	1	1	4								
21	10/22/2020 11:11:13	E13	4	4	3	4	4	4	4	5	5	4	3	5	3	3	3	4								
22	10/22/2020 11:14:07	E14	1	1	2	2	3	3	2	3	3	1	2	2	3	1	3	2								
23	10/22/2020 11:24:53	E15	3	3	3	5	4	3	3	4	3	4	3	3	2	2	2	1								
24	10/22/2020 13:05:12	E16	5	4	2	5	5	4	5	5	5	4	2	5	1	1	1	1								
25	10/22/2020 13:24:08	E17	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	1	4	1	1	2	4								
26	10/22/2020 15:28:15	E18	4	3	5	5	5	4	3	5	5	4	1	4	1	1	1	3								
27	10/22/2020 15:48:30	E19	2	3	4	4	4	5	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3								
28	10/22/2020 18:32:59	E20	3	4	3	2	4	3	4	2	4	5	3	4	3	3	5	5								
39	$\alpha = \frac{k}{k-1} \left[1 - \frac{\sum_{i=1}^k S_i^2}{S_t^2} \right] = 0.777$																									

ANEXO N° 6: Confiabilidad de la variable ansiedad ante los exámenes de inglés

Microsoft Excel interface showing the 'FORMATO' ribbon and a data table for 'ANSIEDAD ANTE LOS EXÁMENES DE INGLÉS'.

The data table contains 50 rows (1-50) and 26 columns (U-BS). The values are integers ranging from 1 to 5, representing anxiety levels.

Below the table, a formula is displayed in a text box:

$$\alpha = \frac{k}{k-1} \left[1 - \frac{\sum_{i=1}^k S_i^2}{S_t^2} \right] = 951$$

ANEXO N° 7: Carta de presentación



"Decenio de la Igualdad de Oportunidades para mujeres y hombres"
"Año de la Universalización de la Salud"

Lima, 5 de noviembre de 2020
Carta P. 716-2020-EPG-UCV-LN-F05L01/J-INT

Lic.
Sary Villar Vargas
Directora
Institución Educativa " Mcal. Andrés Avelino Cáceres Dorregaray"

De mi mayor consideración:

Es grato dirigirme a usted, para presentar a BUSTAMANTE RAMIREZ, BEATRIZ LORENA; identificada con DNI N° 09981611 y con código de matrícula N° 7002438641; estudiante del programa de MAESTRÍA EN DIDÁCTICA EN IDIOMAS EXTRANJEROS quien, en el marco de su tesis conducente a la obtención de su grado de MAESTRA, se encuentra desarrollando el trabajo de investigación titulado:

Procrastinación académica en la ansiedad ante exámenes de inglés en estudiantes - Institución Educativa Andrés Avelino Cáceres Dorregaray, Comas 2020

Con fines de Investigación académica, solicito a su digna persona otorgar el permiso a nuestra estudiante, a fin de que pueda obtener información, en la institución que usted representa, que le permita desarrollar su trabajo de investigación. Nuestro estudiante investigador BUSTAMANTE RAMIREZ, BEATRIZ LORENA asume el compromiso de alcanzar a su despacho los resultados de este estudio, luego de haber finalizado el mismo con la asesoría de nuestros docentes.

Agradeciendo la gentileza de su atención al presente, hago propicia la oportunidad para expresarle los sentimientos de mi mayor consideración.

Atentamente,



Dr. Carlos Ventura Orbegoso
Jefe
ESCUELA DE POSGRADO
UCV FILIAL LIMA
CAMPUS LIMA NORTE

Somos la universidad de los
que quieren salir adelante.



ucv.edu.pe

ANEXO N° 8: Autorización de la institución



Institución educativa

"Mcal. Andrés Avelino Cáceres Dorregaray"

UGEL 04 Comas

Telefono: 5584577

"Decenio de la Igualdad de Oportunidades para mujeres y hombres"

"Año de la Universalización de la Salud"

Lima ,07 de diciembre del 2020

Dr.

Carlos Venturo Orbegoso

Director

Escuela de posgrado

De mi consideración

Me es grato dirigirme a usted, para informarle que la docente Beatriz Lorena Bustamante Ramirez identificada con DNI 09981611 con su tesis titulada

Procrastinación académica en la ansiedad ante exámenes de Inglés en estudiantes – institución educativa" Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray", Comas 2020

Realizo la aplicación de sus instrumentos de investigación (cuestionarios) en los estudiantes de segundo grado de secundaria de la institución Mariscal Andrés Avelino Cáceres Dorregaray para que pueda efectuar su estudio de investigación.

Atentamente



Lic. Sary Villar Vargas

DIRECTORA

ANEXO Nº 9: Confiabilidad de los instrumentos

Tabla 16

Validación por juicio de expertos de los instrumentos de medición

Variables	Nº	Nombre y apellido	Dictamen
Procrastinación académica	1º	Dr. Jessica Palacios Garay	Aplicable
y	2º	Dr. Segundo Sigifredo Pérez Saavedra	Aplicable
Ansiedad ante exámenes de inglés	3º	Mg. Angie Luisa Romero Espinoza	Aplicable

Nota. Elaboración propia

Tabla17

Confiabilidad de variables: procrastinación académica y ansiedad ante los exámenes de inglés

Variables	Alfa de Cronbach	Nº de elementos
Procrastinación académica	,777	16
Ansiedad ante exámenes de inglés	,951	50

Nota. Elaboración propia

ANEXO Nº 10: Baremos

Tabla 18

Baremos de la variable Procrastinación académica

Niveles	Generales	Dim 1	Dim 2
Alto	52 – 60	34 – 41	20 – 24
Medio	43 – 51	27 – 33	15 – 19
Bajo	34 – 42	20 – 26	10 – 14

Nota. Elaboración propia

Tabla 19

Baremos de la variable Ansiedad ante los exámenes de inglés

Niveles	Generales	Dim 1	Dim 2	Dim 3	Dim 4
Alto	142 – 180	38 – 48	37 – 47	47 – 60	22 – 27
Medio	104 – 141	28 – 37	27 – 36	33 – 46	17 – 21
Bajo	66 – 103	18 – 27	17 – 26	19 – 32	12 – 16

Nota. Elaboración propia

Anexo 11: Figuras y tablas

Análisis descriptivo

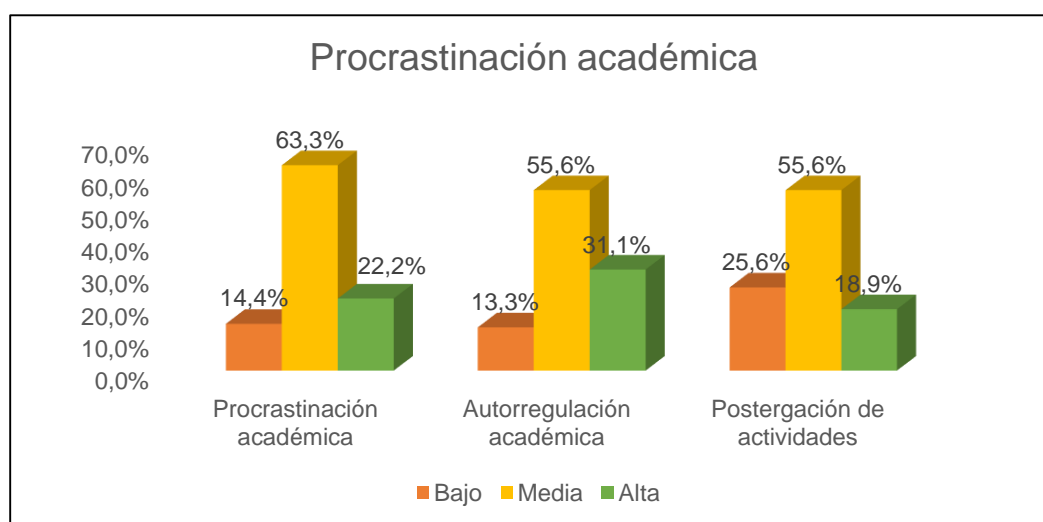
Tabla 20

Distribución de los niveles de la procrastinación académica y sus dimensiones

Niveles	Procrastinación académica		Autorregulación académica		Postergación de actividades	
	N	%	N	%	N	%
Bajo	13	14,4	12	13,3	23	25,6
Media	57	63,3	50	55,6	50	55,6
Alta	31	22,2	28	31,1	17	18,9
Total	90	100	90	100	90	100

Nota. Elaboración propia

Figura 1

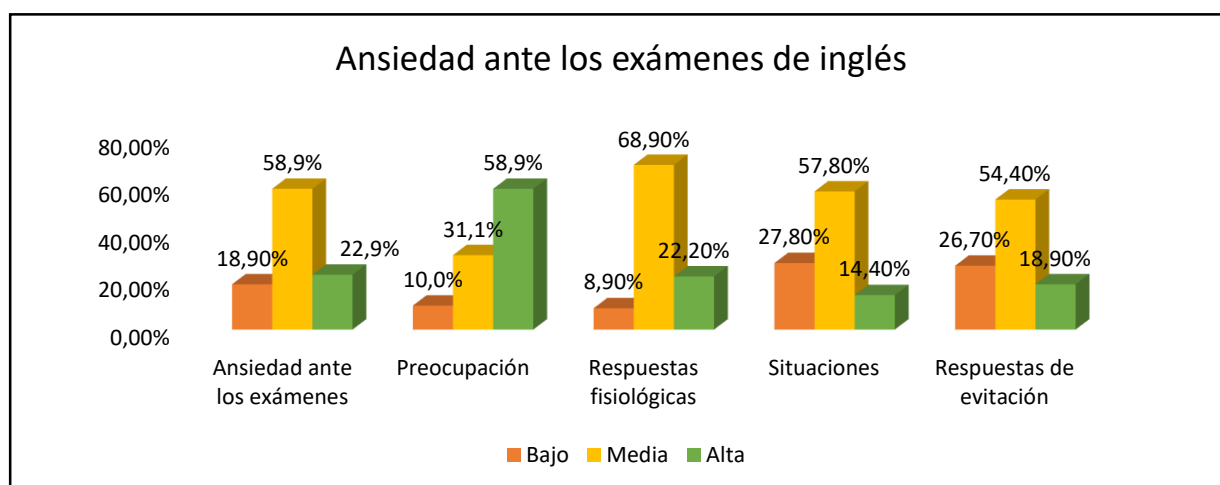


Nota. Elaboración propia

En la tabla 20 y figura 1, se presentaron los niveles percibidos por los estudiantes de la Institución Educativa “Mariscal Andrés Bello Cáceres Dorregaray”, Comas 2020 con respecto a la variable procrastinación académica, el 14.4% señaló como baja, el 63.3% media y por último el 22.2% alta. Con respecto a la dimensión autorregulación académica, el 13.3% señaló como baja, el 55.6% media y por último el 31.1% alta. Y en la dimensión postergación de actividades, el 25.6% señaló como baja, el 55.6% media y por último el 18.9% alta.

Tabla 21*Distribución de los niveles de ansiedad ante los exámenes de inglés*

Niveles	Ansiedad ante exámenes de inglés		Preocupación		Respuestas fisiológicas		Situaciones		Respuestas de evitación	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Bajo	17	18,9	9	10	8	8,9	25	27,8	24	26,7
Media	53	58,9	28	31,1	62	68,9	52	57,8	49	54,4
Alta	20	22,9	53	58,9	20	22,2	13	14,4	17	18,9
Total	90	100	90	100	90	100	90	100	90	100

Nota. Elaboración propia**Figura 2***Distribución de los niveles de ansiedad ante los exámenes de inglés y sus dimensiones**Nota.* Elaboración propia

En la tabla 21 y figura 2, se presentaron los niveles percibidos por los estudiantes de la Institución Educativa “Mariscal Andrés Bello Cáceres Dorregaray”, Comas 2020 con respecto a la variable ansiedad ante exámenes de inglés, el 18.9% señaló como baja, el 58.9% media y por último el 22.9% alta. Con respecto a la dimensión preocupación ante exámenes de inglés, el 10% señaló como baja, el 31.1% media y por último el 58.9% alta. Por otro lado, con respecto a la dimensión respuestas fisiológicas ante exámenes de inglés, el 8.9% señaló como baja, el 68.9% media y por último el 22.2% alta. Por otra la dimensión situaciones ante exámenes de inglés, el 27.8% señaló como baja, el 57.8% media y por último el 14.4% alta. Y por último se tuvo la dimensión respuestas de evitación ante exámenes de inglés, el 26.7% señaló como baja, el 54.4% media y por último el 18.9% alta.

Tabla 22

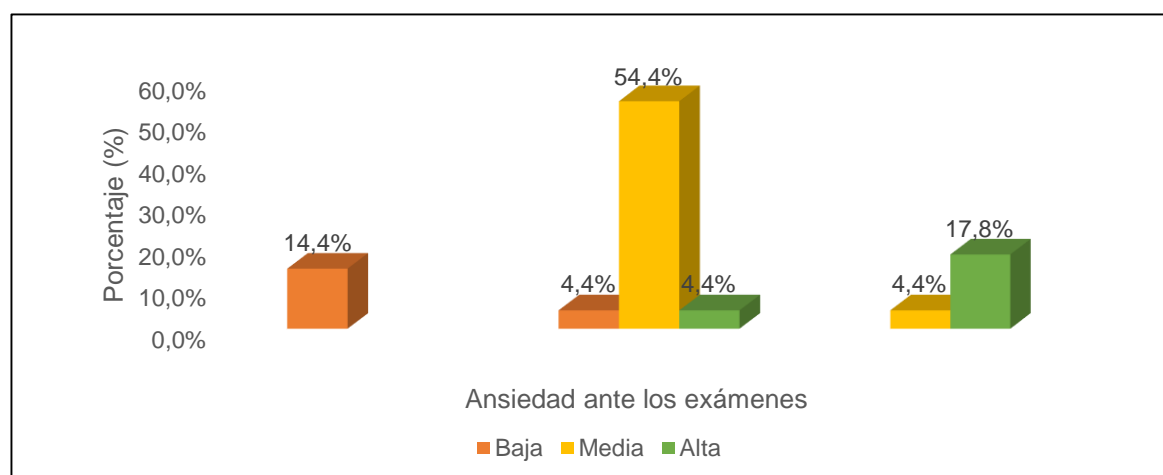
Distribución de los niveles procrastinación académica y ansiedad ante los exámenes de inglés

		Procrastinación académica			Total	
		Baja	Media	Alta		
ansiedad (agrupado)	Baja	Recuento	13	4	0	17
		% del total	14,4%	4,4%	0,0%	18,9%
	Media	Recuento	0	49	4	53
		% del total	0,0%	54,4%	4,4%	58,9%
	Alta	Recuento	0	4	16	20
		% del total	0,0%	4,4%	17,8%	22,2%
Total		Recuento	13	57	20	90
		% del total	14,4%	63,3%	22,2%	100,0%

Nota. Elaboración propia

Figura 3

Distribución de los niveles de procrastinación académica según la ansiedad ante exámenes de inglés



Nota. Elaboración propia

Según la tabla 22 y la figura 3, el 14.4% de los estudiantes con procrastinación académica baja obtuvo una baja ansiedad ante los exámenes de inglés, mientras que, el 17.8% de los estudiantes con procrastinación alta percibieron alta ansiedad antes los exámenes; por otro lado, el 54.4% de los estudiantes con procrastinación académica media presentaron ansiedad media.

Tabla 23

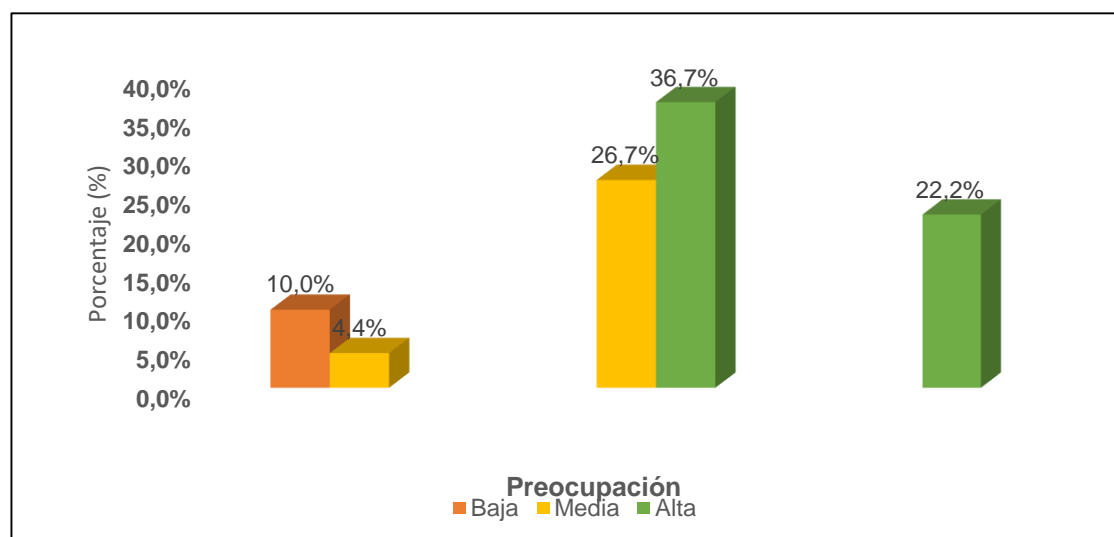
Distribución de los niveles de procrastinación académica y preocupación ante los exámenes

		Procrastinación académica			Total	
		Baja	Media	Alta		
Preocupación (agrupado)	Baja	Recuento	9	0	0	9
		% del total	10.0%	0.0%	0.0%	10.0%
	Media	Recuento	4	24	0	28
		% del total	4.4%	26.7%	0.0%	31.1%
	Alta	Recuento	0	33	20	53
		% del total	0.0%	36.7%	22.2%	58.9%
Total		Recuento	13	57	20	90
		% del total	14.4%	63.3%	22.2%	100.0%

Nota. Elaboración propia

Figura 4

Distribución de los niveles de procrastinación académica y preocupación ante los exámenes



Nota. Elaboración propia

Según la tabla 23 y figura 4, el 10% de estudiantes con procrastinación académica baja tiene baja ansiedad respecto a la dimensión preocupación, 36.7% con procrastinación académica alta tienen ansiedad media respecto a la preocupación y 22.2% de los estudiantes tienen ansiedad alta con respecto a la dimensión preocupación habiendo percibido procrastinación académica alta.

Tabla 24

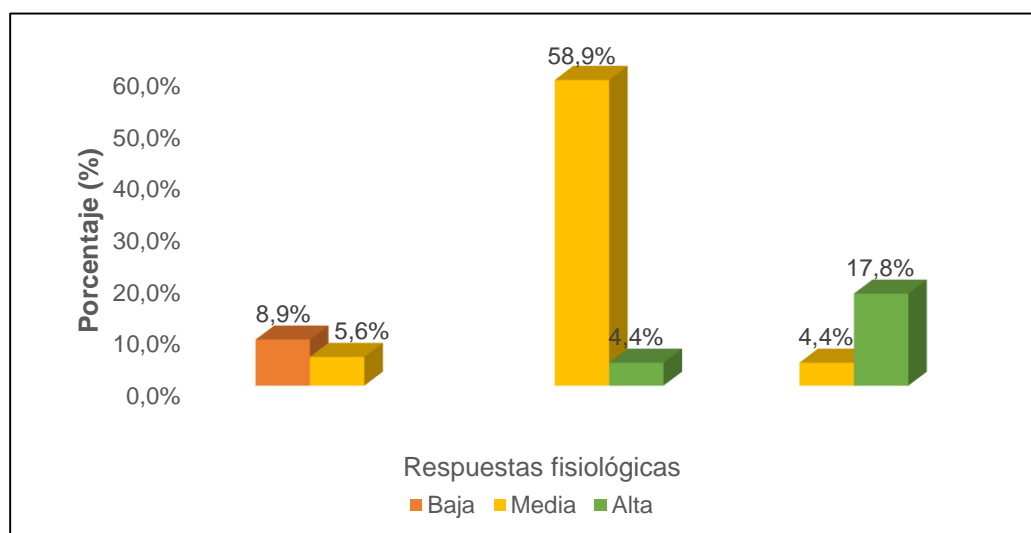
Distribución de los niveles de procrastinación académica y respuestas fisiológicas.

		Procrastinación académica			Total	
		Baja	Media	Alta		
Respuestas fisiológicas (agrupado)	Baja	Recuento	8	0	0	8
		% del total	8.9%	0.0%	0.0%	8.9%
	Media	Recuento	5	53	4	62
		% del total	5.6%	58.9%	4.4%	68.9%
	Alta	Recuento	0	4	16	20
		% del total	0.0%	4.4%	17.8%	22.2%
Total		Recuento	13	57	20	90
		% del total	14.4%	63.3%	22.2%	100.0%

Nota. Elaboración propia

Figura 5

Distribución de los niveles de procrastinación académica y respuestas fisiológicas



Nota. Elaboración propia

Según la tabla 24 y figura 5, el 8.9% de estudiantes con procrastinación académica baja tiene baja ansiedad respecto a la dimensión respuestas fisiológicas, 58.9% con procrastinación académica media tienen ansiedad media respecto a las respuestas fisiológicas y el 17.8% de los estudiantes tienen ansiedad alta con respecto a la dimensión respuestas fisiológicas habiendo percibido procrastinación académica alta.

Tabla 25

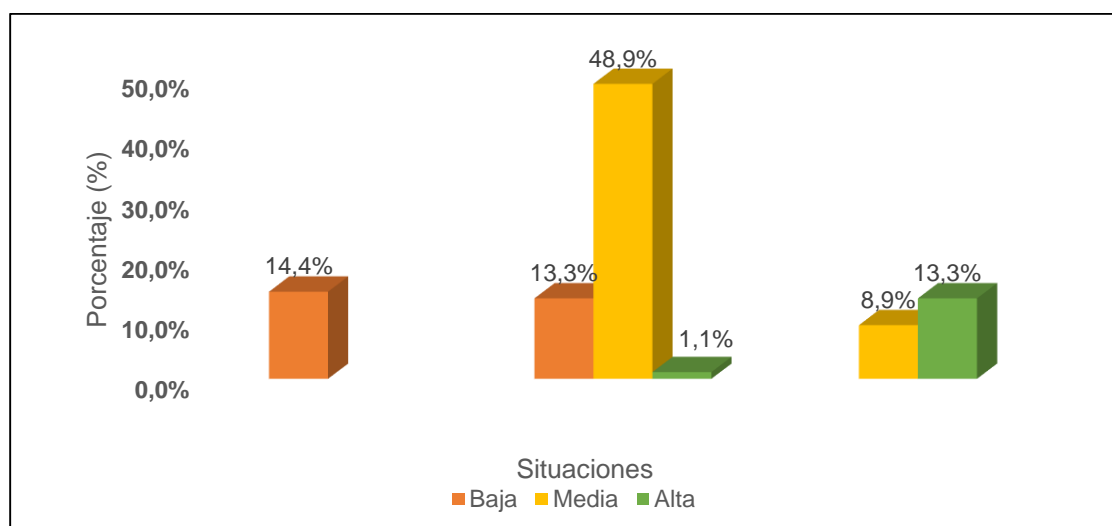
Distribución de los niveles de procrastinación académica y situaciones ante los exámenes de inglés.

		Procrastinación académica			Total	
		Baja	Media	Alta		
Situaciones (agrupado)	Baja	Recuento	13	12	0	25
		% del total	14.4%	13.3%	0.0%	27.8%
	Media	Recuento	0	44	8	52
		% del total	0.0%	48.9%	8.9%	57.8%
	Alta	Recuento	0	1	12	13
		% del total	0.0%	1.1%	13.3%	14.4%
Total	Recuento	13	57	20	90	
	% del total	14.4%	63.3%	22.2%	100.0%	

Nota: *Elaboración propia*

Figura 6

Distribución de los niveles de procrastinación académica y situaciones ante los exámenes de inglés.



Nota. *Elaboración propia*

Según la tabla 25 y figura 6, el 14.4% de estudiantes con procrastinación académica baja tiene baja ansiedad respecto a la dimensión situaciones, 48.9% con procrastinación académica media tienen ansiedad media respecto a las situaciones y el 13.3% de los estudiantes tienen ansiedad alta con respecto a la dimensión situaciones habiendo percibido procrastinación académica alta

Tabla 26

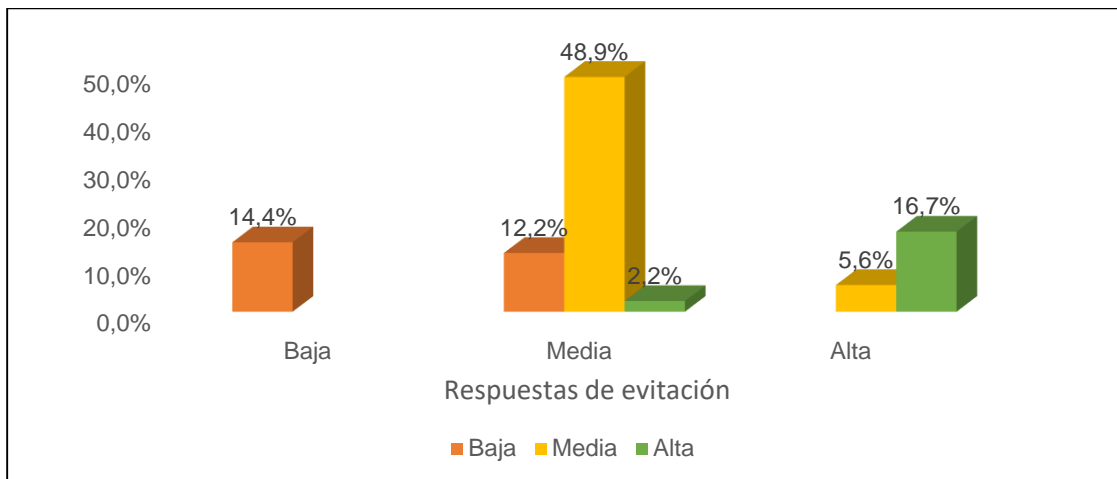
Distribución de los niveles de procrastinación académica y respuestas de evitación

		Procrastinación académica			Total	
		Baja	Media	Alta		
Respuestas de evitación (agrupado)	Baja	Recuento	13	11	0	24
		% del total	14.4%	12.2%	0.0%	26.7%
	Media	Recuento	0	44	5	49
		% del total	0.0%	48.9%	5.6%	54.4%
	Alta	Recuento	0	2	15	17
		% del total	0.0%	2.2%	16.7%	18.9%
Total		Recuento	13	57	20	90
		% del total	14.4%	63.3%	22.2%	100.0%

Nota. Elaboración propia

Figura 7

Distribución de los niveles de procrastinación académica y respuestas de evitación.



Nota: Elaboración propia

Según la tabla 26 y figura 7, el 14.4% de estudiantes con procrastinación académica baja tiene baja ansiedad respecto a la dimensión respuestas fisiológicas, 48.9% con procrastinación académica media tienen ansiedad media respecto a las respuestas fisiológicas y el 16.7% de los estudiantes tienen ansiedad alta con respecto a la dimensión respuestas fisiológicas habiendo percibido procrastinación académica alta.

ANEXO 15 : Turnitin

Feedback Studio - Google Chrome
ev.turnitin.com/app/carta/es/?s=1&lang=es&o=1486407362&u=1088032488&ro=103

feedback studio Procrastinación académica en la ansiedad ante exámenes de inglés en estudiantes - Institución Educativa "Mariscal And... -- /0 < 11 de 22 > ?

UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO
ESCUELA DE POSGRADO
PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN DIDÁCTICA
EN IDIOMAS EXTRANJEROS

Procrastinación académica en la ansiedad ante exámenes de inglés en estudiantes - Institución Educativa "Mariscal Andrés Bello Cáceres Dorregaray", Comas 2020

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE
Maestría en Didáctica en Idiomas Extranjeros

AUTORA:
Dr. Rubén Darío Ramírez Guevara (<https://orcid.org/0000-0001-9800-7224>)

ASESORA:
Dra. Patricia Garay, Jessica Poma (<mailto:0000-0002-2316-1683>)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:
Educación Intercultural

LIMA - PERÚ
2020

Resumen de coincidencias X

16 %

Se están viendo fuentes estándar

Ver fuentes en inglés (Beta)

Coincidencias

1	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	7 % >
2	repositorio.une.edu.pe Fuente de Internet	4 % >
3	Entregado a Universida... Trabajo del estudiante	1 % >
4	Jessica Palacios-Garay... Publicación	1 % >
5	Entregado a Universida... Trabajo del estudiante	<1 % >
6	es.scribd.com	<1 % >

Página: 1 de 44 Número de palabras: 11714 Text-only Report | High Resolution Activado

RESOLUCIÓN JEFATURAL Nº 0281-2021-UCV-LN-EPG-F05L01/J-INT

Los Olivos, 11 de enero de 2021

VISTO:

El expediente presentado por **Bustamante Ramirez, Beatriz Lorena** solicitando autorización para sustentar su Tesis titulada: **Procrastinación académica en la ansiedad ante exámenes de inglés en estudiantes -institución educativa "Mariscal Andrés Bello Cáceres Dorregaray" ,Comas 2020;** y

CONSIDERANDO:

Que el(la) bachiller **Bustamante Ramirez, Beatriz Lorena**, ha cumplido con todos los requisitos académicos y administrativos necesarios para sustentar su Tesis y poder optar el Grado de Maestra en Didáctica en Idiomas Extranjeros;

Que, el proceso para optar el Grado de Maestra está normado en los artículos del 22° al 32° del Reglamento para la Elaboración y Sustentación de Tesis de la Escuela de Posgrado;

Que, en su artículo 30° del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad César Vallejo que a la letra dice: *"Para efectos de la sustentación de Tesis para Grado de Maestro o Doctor se designará un jurado de tres miembros, nombrados por la Escuela de Posgrado o el Director Académico de la Filial en coordinación con el Jefe de la Unidad de Posgrado; uno de los miembros del jurado necesariamente deberá pertenecer al área relacionada con el tema de la Tesis"*;

Que, estando a lo expuesto y de conformidad con las normas y reglamentos vigentes;

SE RESUELVE:

Art. 1°.- **AUTORIZAR**, la sustentación de la Tesis titulada: **Procrastinación académica en la ansiedad ante exámenes de inglés en estudiantes -institución educativa "Mariscal Andrés Bello Cáceres Dorregaray" ,Comas 2020** presentado por **Bustamante Ramirez, Beatriz Lorena**.

Art. 2°.- **DESIGNAR**, como miembros jurados para la sustentación de la Tesis a los docentes:

Presidente	: Dr. Edwin Alberto Martínez López
Secretario	: Dr. Carlos Sixto Vega Vilca
Vocal (Asesor de la Tesis)	: Dra. Jessica Paola Palacios Garay

Art. 3°.- **SEÑALAR**, como lugar, día y hora de sustentación, los siguientes:

Lugar	: Posgrado
Día	: 17 de enero de 2021
Hora	: 2:45 p.m.

Regístrese, comuníquese y archívese.



Dr. Carlos Ventura Orbegoso
Jefe
Escuela de Posgrado – Campus Lima Norte

