



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO**

**PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN  
PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

**Hábitos de Estudio y Procrastinación Académica en Estudiantes de  
Cuarto Grado de Secundaria del Colegio América, Abancay, 2021**

**TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:  
MAESTRA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

**AUTORA:**

Tapia Callalli, Justa Milagros (ORCID: 0000-0001-7900-3922)

**ASESORA:**

Dra. Ramírez Lau, Sandra Cecilia (ORCID: 0000-0002-6970-2778)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Evaluación y aprendizaje

LIMA – PERÚ

2022

### **Dedicatoria**

Dedico este trabajo de investigación a Dios y a la vida por permitir darme esta oportunidad para seguir creciendo profesionalmente, también a mis padres a quienes amo y día a día me motivan para conseguir mis metas y objetivos, sin el apoyo de ellos no hubiera llegado hasta aquí. Finalmente, se la dedico a Apolo y a mi amada hija.

### **Agradecimiento**

Agradezco a todos mis formadores de la Universidad Cesar Vallejo, grandes profesionales que me han guiado en este proceso de formación y permitieron que llegue al punto donde me encuentro, sencillo no fue el proceso, pero gracias a la sabiduría de todos ellos he logrado llegar hasta aquí.

## Índice de contenidos

Carátula .....	i
Dedicatoria.....	ii
Agradecimiento.....	iii
Índice de contenidos .....	iv
Índice de tablas .....	v
Índice de figuras .....	vi
Resumen .....	vii
Abstract.....	viii
I. INTRODUCCIÓN .....	1
II. MARCO TEÓRICO.....	6
III. METODOLOGÍA.....	19
3.1. Tipo y diseño de investigación .....	19
3.2. Variables y operacionalización.....	19
3.3. Población, muestra y muestreo.....	21
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos .....	21
3.6. Método de análisis de datos.....	22
3.7. Aspectos éticos .....	22
IV. RESULTADOS .....	24
V. DISCUSIÓN.....	31
VI. CONCLUSIONES.....	37
VII. RECOMENDACIONES .....	38
REFERENCIAS .....	40
ANEXOS .....	49

## Índice de tablas

Tabla 1. Variable hábitos de estudio .....	24
Tabla 2. Variable procrastinación académica .....	25
Tabla 3. Frecuencia de la variable hábitos de estudio y sus dimensiones .....	26
Tabla 4. Frecuencia de la variable procrastinación académica y sus dimensiones .....	27
Tabla 5. Correlación entre las variables hábitos de estudio y procrastinación académica .....	28
Tabla 6. Correlación entre los hábitos de estudio y la autorregulación académica .....	29
Tabla 7. Correlación entre los hábitos de estudio y postergación académica .....	30

## Índice de figuras

Figura 1. Fórmula de la teoría motivacional con teorías económicas. ....	14
Figura 2. Contexto de procrastinación académica. Diseño elaborado según García (2009) .....	16
Figura 3. Representación del diseño de investigación. Elaboración propia basado en Valderrama (2019) .....	19

## Resumen

El objetivo de la siguiente investigación fue determinar la relación entre los hábitos de estudio y la procrastinación académica en los alumnos de cuarto grado de secundaria del colegio América, Abancay, 2021. La metodología fue de tipo aplicada, nivel descriptivo de enfoque cuantitativo, de diseño no experimental, transversal correlacional. Los resultados hallados mostraron, en relación a la variable hábitos de estudio que, el 62.5% de estudiantes poseen en un nivel de tendencia negativa y el 77.5% de estudiantes presentó un nivel medio de procrastinación académica. Se encontró una relación positiva muy baja entre hábitos de estudio y la procrastinación académica ( $r = 0.047$ ;  $p: 0.037$ ). Con respecto a las dimensiones de la variable de hábitos de estudio se halló que el 62.5 % de los estudiantes presentaron diversas formas de estudiar, respondieron a la resolución de tareas, se prepararon para los exámenes, prestaron atención a su sesión de clases y tuvieron acompañamiento en los momentos de estudio, todo ello en un nivel de tendencia negativa. Por otro lado, en cuanto a las dimensiones de la variable procrastinación académica el 77.5% de los estudiantes presentaron una autorregulación académica en un nivel medio, en el mismo porcentaje la dimensión de postergación de actividades en un nivel medio. Se concluye que existió relación significativa entre hábitos de estudio y la variable procrastinación académica, en relación a los alumnos de cuarto grado de secundaria del colegio América, Abancay.

**Palabras clave:** Colegio América, estudiantes, hábitos de estudio, procrastinación académica

## **Abstract**

The objective of the following research was to determine the relationship between study habits and academic procrastination in fourth grade high school students of América school, Abancay, 2021. The methodology was applied, descriptive level of quantitative approach, non-experimental design, cross-sectional correlational. The results showed, in relation to the study habits variable, that 62.5% of students have a negative tendency level and 77.5% of students presented a medium level of academic procrastination. A very low positive relationship was found between study habits and academic procrastination ( $r = 0.047$ ;  $p: 0.037$ ). With respect to the dimensions of the study habits variable, it was found that 62.5 % of the students presented different ways of studying, responded to the resolution of homework, prepared for exams, paid attention to their class session and had accompaniment in the moments of study, all in a level of negative tendency. On the other hand, regarding the dimensions of the academic procrastination variable, 77.5% of the students presented an academic self-regulation at a medium level, in the same percentage the dimension of procrastination of activities at a medium level. It is concluded that there was a significant relationship between study habits and the academic procrastination variable, in relation to the fourth-grade students of América school, Abancay.

**Keywords:** Colegio América, students, study habits, academic procrastination



## **I. INTRODUCCIÓN**

Nuestro planeta sufrió una serie de cambios y competencias, de este modo se requirió que el individuo alcance metas, retos laborales, sociales y académicos, de esta forma un reto muy fundamental e importante es la formación a través del proceso de aprendizaje, teniendo en cuenta virtudes, hábitos y valores, éstos fueron responsables en la formación e interés académico del estudiante; donde se midió mecanismos negativos y/o positivos en la planificación y organización de actividades académicas. Por otro lado, el incumplimiento de actividades académicas se tornó un hábito negativo y se volvió normal hacia otros, para algunos profesionales es un problema grave, afectando el proceso educativo, provocando un bajo rendimiento y dilación (Figuera y Torrado,2015).

Steel (2007), mencionó en un estudio inicial sobre la procrastinación que fue postulado por Milgram en 1992, quien mencionó que los individuos tenían diferentes responsabilidades que deben cumplir en breves momentos, un contexto que condujo a la procrastinación. Milgram (1992, como se citó en Ferrari, et al. 1995) indicando que la procrastinación ha sido común a lo largo de la historia porque se vio como una cualidad general de la conducta humana y este tipo de comportamiento, solo ha tenido connotaciones negativas desde la revolución industrial. Según Kachgal, et al, (2001, como se citó en Steel, 2007) expresaron que anteriormente a la revolución industrial la conducta de posponer actividades se consideraba neutral y socialmente interpretado como una acción racional justificada. Con el advenimiento de la modernidad, la procrastinación comenzó a tomar un tinte negativo, cuando los procedimientos de producción se transformaron en la base del desarrollo económico de la sociedad.

Para Harriot y Ferrari (1996), aunque la procrastinación afectó del 15 al 20% de la población adulta a largo plazo estuvo muy extendida en el área académica, especialmente en los alumnos del nivel secundario, se consideró que la prevalencia es del 80% al 95%. Steel (2007), manifestó que es común entre el 70% de los estudiantes anglosajones del nivel superior, al igual que (Ferrari, et al., 2005). La procrastinación hizo que posponga sus estudios para los exámenes y dediquen menos tiempo, lo que relaciono significativamente con un rendimiento académico más bajo, Eerde (2003, como se citó en Kim y Seo, 2015).

Por otro lado, Cavusoglu & Karatas (2015), refirieron que existen investigaciones donde la procrastinación tiene como consecuencia cuadros de estrés, ansiedad y va ligada de forma negativa con la autoestima. Así como también Vij & Lomash (2014), encontraron estudios donde existe mayor tasa de probabilidad de procrastinar cuando existen niveles altos de motivación extrínseca. Al igual que Kuan (2016), relacionó la motivación extrínseca con la procrastinación académica. Según Duru & Balkis (2017), realizaron un estudio donde hallaron una correlación negativa entre la autoestima, bienestar, autoestima y rendimiento académico. Para Shafiq & Hasan (2016), plantearon que la motivación y la procrastinación estuvieron ligadas con niveles de autoeficacia en las personas, por lo que la autoeficacia tiene que ver con los componentes de la motivación extrínseca e intrínseca. Por otra parte, Umerenkova & Flores (2017), mencionaron que la procrastinación va conectada con la carencia de hábitos de estudio que posee el alumnado. Y Yilmaz (2017), realizó un estudio donde encontró una relación de la procrastinación académica que afecta el rendimiento académico.

Steel (2011), en los países anglosajones, se vio que del 80% al 95% de los estudiantes del nivel universitario tuvieron una conducta procrastinadora en algún momento, de los cuales una gran proporción, el 75% piensan que tienen procrastinación y el 50% de los estudiantes a menudo extienden su inversión en aprender. Varias encuestas demostraron que, entre los estudiantes con conductas desadaptativas relacionadas con la procrastinación, la incidencia de este fenómeno es del 20% al 90%. Dentro de Latinoamérica, en estudios realizados predomina la procrastinación académica en los educandos universitarios, demostrando valores altos que van por encima a lo que se manifiesta en la población tradicional. Es por ello, que la procrastinación afecta a un 20% de la urbe adulta y en estudiantes universitarios en 50% (Rozental y Carlbring, 2014). En Latinoamérica, el 65% de los individuos mostraron procrastinación y el 20% a nivel crónico. En México, no hay datos suficientes en esta área. Estudios recientes se llevaron a cabo en regiones no occidentales como Turquía han mostrado cifras similares, donde el 83% de los estudiantes de secundaria procrastinan (Kalsen y Kuzucu, 2009). Según Rice, et al., (2012), existió evidencia que la procrastinación es un comportamiento particularmente estable que persiste desde el principio hasta el final de la escuela.

También en un estudio australiano de (Steel y Klingsieck, 2016), indico que se han verificado desiguales estudios para la procrastinación académica, trabajando la similitud entre este comportamiento y dispares variables en cuanto a características particulares y demográficas. En el país de México, encuestas recientes confirmaron los resultados de diversos estudios, según los informes, los estudiantes del nivel superior, tuvieron conductas propensas a la procrastinación, lo que creo problemas no sólo en el contexto académico, sino también en el desarrollo de otros campos, lo que impidió la acomodación a un nuevo ambiente pedagógico (Chávez y Morales, 2017).

En el país de Colombia, en la investigación realizada por (Escobar y Corzo 2018), confirmaron que los rasgos del entorno familiar, emocional, financiero y social de los educandos dependieron en última instancia de su desarrollo educativo y docencia en un entorno de nivel de educación superior, que se encontró interiormente enlazada. Fiablemente, indagaciones ejecutadas en Perú mostraron que la residencia universitaria de cada estudiante tiene el fin básico de cultivar profesionales impecables que tengan las habilidades para cambiar la realidad y demostrar la capacidad de contribuir a la mejora del país peruano (Duda, 2018). Según Córdova, et al., (2019), los estudiantes del nivel superior se enfrentaron a una presión cada vez mayor a la hora de realizar tareas académicas, mostrando actitudes inapropiadas hacia el aprendizaje y realizando actividades que pudieron conducir a resultados negativos en los niveles académicos y la estabilidad general.

La Organización para la Cooperación y Desarrollo Económico (2021) anunció un informe basado en los resultados de la prueba PISA 2012; señaló que los estudiantes de 15 años en el Perú, no cumplían con los estándares de lectura (60%), ciencias (68.5%) y matemáticas (74.6%). El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2015), determinó que el 33% de los niños tiene habilidades de comprensión lectora y sólo el 16.8% comprende las matemáticas. Por consiguiente, los convenientes hábitos de estudio, es la mejor transformación para el triunfo académico, reflexionar inclusive más que el grado de sabiduría o de inteligencia, puesto que es determinante para un adecuado cometido académico. De esta forma las dos variables son de gran trascendencia, ya que los alumnos en etapa escolar tienen que estar dispuestos para los múltiples problemas y retos

que se les ostentará a lo largo de su vida escolar y sobre todo saber superar dichas dificultades con sus habilidades personales y sus propios recursos, y de esta forma conseguir sus metas planteadas.

Según lo indicado el problema general de este trabajo de investigación fue ¿en qué medida se relacionan los hábitos de estudio con la procrastinación académica en los alumnos de cuarto grado de secundaria del colegio América, Abancay, 2021? y como problemas específicos: 1) ¿qué relación existe entre los hábitos de estudio y la autorregulación académica en los alumnos de cuarto grado de secundaria del colegio América, Abancay, 2021? Y 2) ¿qué relación existe entre los hábitos de estudio y la postergación de actividades en los alumnos de cuarto de secundaria del Colegio América, Abancay, 2021?

Este estudio tuvo una justificación fáctica; porque la información obtenida ayudo a crear estrategias de optimización de los hábitos de estudio para un mejor beneficio académico en estudiantes de cuarto de secundaria. Tuvo justificación teórica, ya que los resultados se utilizaron como aporte teórico y pudieron ser analizados por otros investigadores locales para realizar nuevos estudios. Justificación metodológica, porque ayudo a validar cuestionarios que medirán tanto los hábitos de estudio como la procrastinación de los estudiantes de cuarto año de secundaria, un enfoque afectivo, que puede ser utilizado por otros investigadores y en última instancia; justificación social, porque las acciones de mejora que se produzcan tras este estudio se optimizo para mejorar los hábitos de estudio y conducir a mejores beneficios académicos.

La procrastinación académica fue muy frecuente en los escolares adolescentes, consistió en que, los estudiantes posponen el desarrollo de sus tareas escolares por periodos largos, el tiempo que dedican a otras actividades, como el uso de tecnologías de la información y la comunicación o actividades familiares. En la actualidad la procrastinación académica es muy frecuente, es un hecho que puede llevar a los estudiantes, sobre todo a los adolescentes a un desempeño deficiente en su desenvolvimiento académico y, en algunos casos hasta la deserción escolar.

Por otro lado, existió una vasta población de escolares de educación secundaria que son absorbidos por las tecnologías de información, el internet y los diferentes videojuegos. Estos medios, por un lado, constituyeron una valiosa fuente de

información para resolver los problemas escolares, pero por otro lado puede ocasionar una dependencia, con graves consecuencias para el desempeño académico de los alumnos. Generalmente los estudiantes procrastinadores, muestran cierto grado de estrés, poco interés por la lectura y las tareas propias del colegio, son conformistas y tienen bajas calificaciones. La presente investigación conlleva a tener un impacto sobresaliente, específicamente en el aspecto pedagógico, porque las prácticas de estudio se vincularon con las metodologías y métodos de estudio directamente con el proceso de enseñanza – aprendizaje, en algunos procesos estos hábitos no tienen eficacia cuando se realiza actividades académicas como la falta de entrega de trabajos a tiempo.

Se planteo como objetivo general el determinar la relación entre los hábitos de estudio y la procrastinación académica en estudiantes de cuarto grado de secundaria del colegio América, Abancay, 2021, y como objetivos específicos; 1) determinar la relación entre los hábitos de estudio y la autorregulación académica en los alumnos de cuarto grado de secundaria del colegio América, Abancay, 2021, 2) determinar la relación entre los hábitos de estudio y la postergación de actividades en estudiantes de cuarto grado de secundaria del colegio América, Abancay, 2021. Y como hipótesis general existe relación entre los hábitos de estudio y la procrastinación académica en estudiantes de cuarto grado de secundaria del colegio América, Abancay, 2021 e hipótesis específicas, 1) existe relación entre los hábitos de estudio y la autorregulación académica en estudiantes de cuarto grado de secundaria del América, Abancay, 2021 y 2) existe relación entre los hábitos de estudio y la postergación de actividades en los estudiantes de cuarto grado de secundaria del colegio América, Abancay, 2021.

## II. MARCO TEÓRICO

Se mostro algunos antecedentes internacionales como el de Rodríguez y Clariana (2017), tuvo como objetivo mostrar la relación de procrastinación académica y las variables curso académico y edad del estudiante. Como muestra fueron 105 estudiantes universitarios, divididos en cuatro grupos en función de sus edades mayores o menores de 24 años. La metodología que utilizó es el descriptivo correlacional, de diseño factorial intersujeto 2x2 y también integrando con el curso académico correspondiente. El instrumento aplicado es el test Procrastinación Assessment Scale Students (PASS) de Rothblum y Salomon (1984). El estadístico usado es el Stata Versión 12. Se obtuvo que, depende de la edad y no de la asignatura el nivel de procrastinacion en los estudiantes. Así mismo se concluye que no existe conjunción entre las variables curso y edad porque los estudiantes que tienen menos de 25 años poseen un rango moderado- alto en procrastinar elocuentemente a comparación con los de mayor edad.

Por su lado Zárate et al., (2018), en su investigación tuvo como objetivo analizar la relación entre el estrés académico y los hábitos de estudio en los universitarios que pertenecen a las facultades de salud. Como muestra fueron 741 estudiantes de primer año en medicina general, este estudio es de tipo cuantitativo, correlacional y transversal. Se aplicó el inventario de hábitos de estudio de Vicuña y el inventario de estrés académico de Barraza. El estadístico utilizado fue el programa SPSS V.22. Se encontró relación entre la ausencia de hábitos de estudio y el estrés académico ( $X^2 = 0,278$ ), por lo cual, a menores hábitos de estudio, mayor predisposición al estrés académico. Se concluye que el 36, 82% de los estudiantes poseen hábitos de estudio y el 61,14% no lo tienen.

Natividad (2014), la finalidad de su investigación fue saber si la procrastinación tiene un impacto directo en el provecho académico de los alumnos. Fue conformado por una muestra de 220 alumnos universitarios de diferentes géneros de escuelas profesionales de psicología, que comprenden edades de 21 a 45 años. La metodología utilizada fue la descriptiva correlacional, no experimental. Se utilizó instrumentos como: cuestionario de estrés, procrastination assessment, time management behaviior scale. En conclusión, la

investigación mostró un porcentaje elevado de alumnos que procrastinan y dominan en cuestión de las frecuencias en las labores académicas, estas serán presentadas en el transcurso de los cursos iniciales de la carrera conjuntamente de enérgicas aspiraciones de cambio al respecto, teniendo como resultado mayores preocupaciones en los procrastinadores de grado elevado y generar problemas psicológicos. Para el factor del sexo, los varones a comparación de las mujeres son más frecuentes procrastinadores y así mismo se ven menos afectados de acuerdo a la procrastinación en términos de conducta. Se concluye que la procrastinación académica entorpece según la labor que enfrente la persona.

Argentina (2013), El objetivo de su investigación fue establecer la relación entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico para brindar pautas y técnicas que favorezcan la formación académica. Se realizó con 80 alumnos de edades comprendidas de 12 a 14 años del primer grado de la escuela primaria. La investigación es descriptivo correlacional de diseño ex post–factum. Se utilizó el instrumento Inventario de Técnicas de Estudio (ITECA) y una lista de verificación de tecnología de aprendizaje aplicado para mejorar su nivel de aprendizaje y determinar el estilo. La estadística a emplearse fue significación y fiabilidad de diferencia de media aritmética en muestras independientes. En conclusión, existe relación entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico. Del mismo modo, los universitarios con inadecuados hábitos de estudio no pueden maximizar su potencial intelectual.

Mondragón, et al., (2016), el objetivo de su estudio yació establecer la relación de los hábitos de estudio y su rendimiento académico, cuya muestra estuvo conformada por 173 estudiantes de ambos sexos. De enfoque cualitativo. Se usó el cuestionario de Hábitos de estudio de Pozar. Los resultados hallados en las escalas de condiciones ambientales de estudio, utilización de materiales, planificación de estudio, asimilación de contenidos y sinceridad los estudiantes presentan nivel de normal bajo a normal alto. En la correlación de Pearson, las cinco escalas fueron estadísticamente no significativas ( $P < 0.05$ ), por ello, no concurre una relación estadísticamente significativa entre las escalas de hábito de

estudio y el rendimiento académico en estudiantes de la facultad de Administración. En conclusión, en las escalas de planificación de estudio, condiciones ambientales de estudio, utilización de materiales, asimilación de contenidos y sinceridad los estudiantes presentan nivel de normal bajo a normal alto. El alumno no tiene interés en aprender, solo asiste al colegio para tener notas, pues solo aplica la memorización.

Dentro de los antecedentes nacionales se tuvo a Córdova y Alarcón (2019), como objetivo de su estudio fue establecer la correlación de procrastinación académica y hábitos de estudio en estudiantes universitarios. La muestra estuvo conformada por 239 estudiantes, el enfoque de esta investigación fue cuantitativa, correlacional y transversal. Los cuestionarios que se emplearon fueron los hábitos de estudio CASM – 85 y la escala de procrastinación académica. El estadístico que utilizó es el STATA 14.00. En el estudio no se encontró un nivel de significancia entre los hábitos de estudio y la procrastinación académica ( $p=0.7$ ), pero se evidenció correlación entre la dimensión preparación de exámenes y postergación de actividades, así como también la dimensión forma de escuchar con la dimensión autorregulación académica ( $p=0.05$ ). Se concluye que los alumnos suelen postergar sus tareas académicas previas a una evaluación. La dimensión de la autorregulación puede tener correspondencia con la postergación de actividades.

Vallejos (2015), ejecutó una investigación que como objetivo fue relacionar la procrastinación académica y ansiedad ante las evaluaciones en alumnos de universidades privadas de Lima. En este espécimen participaron un total de 130 estudiantes, de edad media 20 años. El enfoque de esta investigación fue cuantitativa, correlacional y transversal. Los materiales psicométricos manipulados en este estudio fueron: escala de procrastinación académica de Solomon y Rothblum y la escala de reacción ante las evaluaciones de Sarason. Se concluye que concurre una relación muy demostrativa y moderada entre respuesta a las notas y retraso en el aprendizaje, es decir, cuanto más posponen las actividades de aprendizaje, más ansiedad tienen sobre sus exámenes.



Perleche (2019), en su estudio se planteó como objetivo encontrar la relación entre los hábitos de estudio y rendimiento académico. La muestra fue conformada por 151 estudiantes. El tipo de investigación fue descriptivo correlacional y el diseño de tipo no experimental, de tipo transversal y correlacional. Las pruebas que se emplearon fueron el Inventario de Hábitos de estudio, y los resultados de la evaluación regional. Se concluye que existe relación significativa positiva y moderada entre las variables hábitos de estudio y rendimiento académico, presentando un coeficiente de correlación ( $\rho = .291$ ;  $p < 0.05$ ).

Khan (2017), el objetivo de su investigación fue establecer la relación de procrastinación académica y la autoeficacia en alumnos universitarios. La muestra estuvo conformada por 188 universitarios. Los instrumentos que se utilizó fueron: Escala de procrastinación académica y la escala de autoeficacia general. En conclusión, se estableció que existe una correlación negativa altamente significativa entre procrastinación académica y autoeficacia ( $p = -0.2369$ ) y una relación positiva altamente significativa entre la autoeficacia y la autorregulación académica ( $p = -0.287$ ), pero no se halló correlación con la postergación de actividades.

Silva (2020), El objetivo fue establecer la relación entre la procrastinación académica y hábitos de estudio. La muestra estuvo constituida por 132 estudiantes. El enfoque es de tipo básica, descriptivo, no experimental transversal y correlacional. Los cuestionarios utilizados fueron el inventario de hábitos de estudio CASM – 85 y la escala de procrastinación académica (EPA). Para procesar los datos se utilizó el estadístico SPSS V-26. Según los resultados estadísticos existe una correlación positiva baja significativa entre los hábitos de estudio y la procrastinación académica ( $\rho = .291$ ;  $p < 0.05$ ). Se concluye que los universitarios optaron por conductas direccionadas a aplazar comúnmente la ejecución de sus actividades académicas, pero manifiestan hábitos de estudio óptimos para la ejecución de técnicas para esquematizar información, anotar ideas principales, escuchar las clases y acompañar sus momentos de estudio sin distracción.

Referente a las teorías de hábitos de estudio Hull (1992, como se citó en Schunk , 1997), planteó una teoría sobre el aprendizaje, reinante por más de veinte años, preexistiendo su base que la conducta está regida de pautas y puede ser explicada con exactitud, además de investigar la manera cómo se desarrollan los vínculos entre los estímulos y las respuestas, para estudiar dichas relaciones, utilizó variables mediadoras o constructos teóricos, éstas variables eran inobservables, siendo las más considerables: el impulso, la fuerza del hábito, la motivación por incentivos y la inhibición, esta teoría propuesta es de carácter lógico deductiva. El autor descifro el aprendizaje como un acontecimiento para crear reacciones neurológicas como respuesta a las necesidades, en el área conductual, Hull (1992), expreso que las respuestas eran aprendidas para poder permitir las necesidades cuando los mecanismos innatos fallaban.

Según la teoría de Piaget, relato que el niño tendrá cambios en su vida en el transcurso de su desarrollo para que pueda transitar de un período a otro, dichos cambios se dieron en diversos comportamientos y aptitudes, así como también en el área cognitiva, donde se involucraron la memoria, pensamiento, lenguaje y atención. Estos se representaron mediante etapas como: operaciones concretas; (de 7 a 11 años), donde el pensamiento del infante puede denominarse relacional porque empezará a tener destreza de manera gradual en las nociones de clases, cantidades y relaciones. Dichas destrezas permitieron al niño formular hipótesis y explicar sobre los acontecimientos concretos, el niño observo dichas operaciones como instrumentos mentales y como consecuencia tienen efectos en un nivel de igualdad con fenómenos perceptivos. Por ende, el niño aun no es capaz de distinguir percepciones de su alrededor, con los procedimientos que se muestran mentalmente.

La etapa de las operaciones formales comprendida entre los 12 años hasta la adultez. Según Piaget (1958, como se citó en Inherlder, 2015) se adquirió la capacidad de pensar de forma abstracta maniobrando ideas en la mente, sin depender de la función concreta del objeto. El joven tuvo varias capacidades primordiales, una de ellas la de construir proporciones inversas a los hechos, de un pensamiento de lo existente a lo posible, que prepara un enfoque deductivo -

hipotético para la resolución de dificultades y comprensión de la lógica proposicional y la persona entiende que los constructos mentales se maniobran a través de la conciencia de una convicción e hipótesis. Los hábitos de aprendizaje pudieron participar en los diversos cambios que una persona muestra en las diferentes etapas de Piaget, mientras existan estos cambios con la experiencia que lo guía a hacer algo, se formarán comportamientos que podrían participar en las prácticas de estudios.

Según la teoría de Skinner; fundamento la presencia de unos elementos alentadoras comunes, discriminando del conjunto estimular, que se relacionan efectivamente y de un modo progresivo a una respuesta fortalecida. Estas ideas componen el foco de las teorías conductistas para la ventaja de conceptos establecidos en asociaciones entre estímulos respuestas y están presentes. Es decir, que la conducta que tiene la persona es reforzada por estímulos que el individuo excluye, mientras más realiza la práctica de la conducta, esta será más frecuente, pues en el aprendizaje el estudiante se halló en esta misma perspectiva. Entonces las conductas expresadas frente a la determinación de un hábito juegan este mismo papel con esta teoría.

Respecto a la teoría de la instrucción de Bruner, la educación construye experiencias pedagógicas, y estas pueden ser informales y formales, donde un individuo está ligado en el curso de su vida. Por lo cual, la educación es la consecuencia general tanto de las influencias de la sociedad, culturales, familiares y de formación académica. Las Instituciones educativas brindaron instrucciones que potenciarán al estudiante a través de una secuencia de definiciones y redefiniciones acerca de un problema o conocimiento que perfeccionaron su habilidad para recepcionar, captar, innovar y transferir lo que se aprendió. Por consiguiente, las instrucciones fue la manera en como el estudiante va obteniendo conocimientos aprendidos, y su capacidad de retener información. Para ello se requirió de tres elementos: la activación; es el primer paso para el aprendizaje significativo, donde el estudiante se encuentra motivado, mostrando voluntad e interés propio en los contenidos de aprendizaje, discusiones o experiencias que se dan en el aula.

Para Bruner (1987), esta motivación que es regida por la activación genero un despertar en la curiosidad de los estudiantes para aprender. El segundo elemento fue el mantenimiento, este admitió que el estudiante conserve su curiosidad, interés e inquietud al momento de aprender nuevas sapiencias, fue transcendental recalcar los contextos para que se conserven como el clima del aula, la participación del profesor hacia el alumno en la compañía de descubrir las dificultades que puedan darse, así como examinar los errores y valorar los resultados de sus acciones, sin sentirse ignorante o culpable. El último elemento fue la dirección; es parte de la continuación de los contenidos que se debe tener en cuenta para el logro del aprendizaje y las nociones implicadas para el proceso. Pero fue importante considerar el grado de progreso cognoscitivo de los estudiantes, porque esto puede depender de la orientación que deba brindar de acuerdo a su capacidad madurativa de aprendizaje. Dicha teoría puede verse implicada con los hábitos de estudio que tiene la persona al momento de ejecutar una tarea, requiere de este medio para formar los hábitos.

Para García (2000), menciono que el hábito de estudio es la repetición de un episodio, en este caso el estudio realizado en ambientes de espacio que deben ser adaptables, características iguales y tiempo. Esto debe ser el primer punto para impulsar y generar el desarrollo de la capacidad de aprender en los alumnos.

Según Cartagena, (2008 como se citó en Mondragón, 2017), manifestó que la habilidad y dedicación como en cualquier otra actividad eran indispensables para el proceso de aprendizaje, siendo estos hábitos las destrezas que maneja un estudiante para poder asimilar conocimientos, y no tener distracciones y el esfuerzo que realiza para cumplir todo el proceso.

Para Enríquez (2013), los hábitos son conductas o comportamientos que los individuos repitieron continuamente; entonces, no son innatos, lo que significa que no naces con ellos, se van formando.

Los hábitos de estudio fueron considerados elementos necesarios en el trascurso de la formación académica, al asumir que los estudiantes realizaron destrezas para el estudio que les proporcionan su desarrollo académico; pero varios son los casos en los que mostraron dificultades y esto puede originar ausentismo o, incluso la deserción. (Castillo, 2015).

Según Vicuña (2005), las dimensiones de los hábitos de estudio fueron clasificados en cinco: Primero; ¿Cómo estudia usted?, esta dimensión asumió tareas inmediatas como subrayar los puntos sobresalientes del texto, resaltar pasajes que los estudiantes no conocen, para que luego, para cada texto, los estudiantes puedan razonar y responder por sí mismos. Segundo; ¿Cómo hace usted sus tareas?, este apartado permitió conocer el comportamiento usual del estudiante frente al avance de sus actividades académicas a través de investigación de textos, el concepto de los léxicos que no son destacados, culminar los trabajos en el colegio, dar mayor preeminencia a la demostración de la actividad mas no al discernimiento de lo ejecutado.

Tercero, ¿Cómo prepara sus exámenes?, son aspectos como no prepararte para el examen a tiempo y estudiar el mismo día, estudiar dos horas a la semana, tener períodos para estudiar y repasar, estar a punto de realizar el examen, pero aún no haber terminado de estudiar, lo que complica las materias aprendidas inmediatamente después de realizar el examen. Cuarto; ¿Cómo escucha las clases?, destaca actividades comunes que los estudiantes realizan durante la clase, tales como: tomar apuntes de lo que están aprendiendo, enfatizar lo que leen, pensar despierto, hablar con los compañeros, prestar más atención a la mascota en lugar de enseñanzas, para sublimar lo que prolongará lo que sale del aula, pídele al maestro un término que no conozca, para que lleve notas ordenadas durante toda la clase. Quinto; ¿Qué acompaña sus momentos de estudio?, estas son las tareas habituales que realizan los alumnos durante el horario escolar: estudiar con la televisión, hay ruido, reconocer que la familia interfiere con la clase, aceptar interrumpir visitas, como hacer amigos o aceptar disturbios sociales como las reuniones, excursiones, bailes, etc., o se caracteriza por aprender con calma y confianza.

Referente a las teorías de la procrastinación académica se encuentra la teoría de la motivación temporal, esta teoría fue planteada por Steel et al., (2006), quienes refirieron que es la unión de la teoría motivacional con teorías económicas, como la siguiente fórmula (ver Figura 1).

### Figura 1

*Fórmula de la teoría motivacional con teorías económicas.*

$$\text{MOTIVACIÓN} = \frac{\text{Expectativa por valor}}{1 + \text{Impulsividad por retraso}}$$

Los elementos indicados en la teoría de la motivación, en alianza con las ecuaciones planteadas fueron: expectativa, motivación, utilidad, valor, impulso y retraso. Para no retrasar, se debe tener en cuenta el alto grado de entusiasmo, la expectativa continua de éxito y el valor suficiente de la tarea y evitar el retraso de la sumisión impulsiva y la organización de la tarea; si esta ecuación se satisface plenamente, no habrá demora, de lo contrario el único resultado es la procrastinación lo que provoca una pérdida en el proceso educativo y de aprendizaje.

Según la teoría psicodinámica fundamento el concepto de procrastinación como una falta de entregar trabajos importantes, lo cual genera preocupación y angustia y son resaltadas como alertas amenazantes. De manera inconsciente se inició empleando diversos mecanismos de defensa que conllevaron aminorar la incomodidad y evadir cierta actividad (Ferrari, et al., 2009). La procrastinación también se generó cuando los niños tienen miedos o temores al pensar que su conducta traerá consecuencias perjudiciales, donde el niño evadió ser castigado, el incremento de actividades escolares, las tareas en casa, las fechas límite de entrega, determinaron una discrepancia en los niveles de ansiedad en los infantes, quienes acabaron posponiendo sus obligaciones y/o actividades (Burka, et al., 2008).

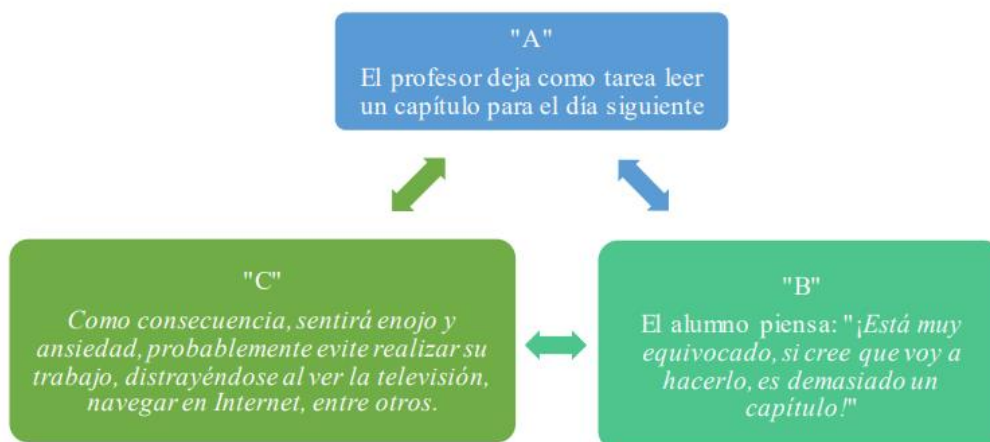
Para Angarita (2012), planteo que la procrastinación es consecuencia de la crianza autoritaria. En la etapa de la adolescencia, el pensamiento es que el tiempo se acelera, es una etapa donde surgen muchos cambios físicos, y estos crean una idea de que nada vuelve a ser lo mismo. Estas sensaciones y el pensamiento de vivir un futuro, y el temor a desarrollarse conllevaron a la persona a procrastinar. Para una persona de 20 años, este concepto se sustituye por la idea que el tiempo queda corto para alcanzar y cumplir metas establecidas, las oportunidades son únicas y estarían derrochándose, teniendo como consecuencia grados de ansiedad, esto genero la conducta de procrastinar, lo cual podría llevar a ser una conducta repetitiva hasta la edad adulta si no es controlada en un tiempo oportuno.

Según la teoría conductista, menciono que los comportamientos repetitivos o que se mantienen son forzosos, lo que significa que se mantienen por resultados. Los sujetos que postergaron y continuaron posponiendo la actividad no lograron sus objetivos porque estos factores les permitieron prolongar la postergación sin consecuencias adversas (Álvarez, 2010). Según la teoría del comportamiento emocional racional. Para Ellis y Knaus (1977, como se citó en Álvarez, 2010), la hipótesis planteo que los desequilibrios emocionales son provocados por creencias irracionales inducidos por el entorno en el que viven y las consecuencias son conductas o emociones desfavorables. La procrastinación comienza con una creencia irracional en la finalización exitosa de una tarea, que se debe a la falta de tolerancia a los contratiempos. Fíjese metas subjetivas muy elevadas y el resultado será ineficaz.

Por lo cual se expresaron emociones incómodas o desagradables, lo cual genero a retrasar en la ejecución la tarea, hasta el entorpecimiento e impedimento de realizarlas; por consiguiente, se excusará el auto cuestionamiento sobre sus capacidades y habilidades. García (2009), sustento un paradigma de suposición básica de este modelo, el A-B-C de Albert Ellis, quien grafico un contexto de procrastinación. Se detalla: A, es el evento activador, B son las creencias y C muestra las consecuencias conductuales y emocionales (Figura 2).

## Figura 2

### Contexto de procrastinación académica



Nota. Diseño elaborado según García, (2009)

El constructo A–B–C se refirió primordialmente al contenido y la manera de pensar, de cómo una persona interpreta su entorno y opinión de sí mismo, de los demás y el mundo. Cuando las opiniones son irrazonables o insuficiente experimentadas, no fundadas sobre fundamentos demostrables y objetivos, obstaculizan lograr los objetivos, y a esto se denomina absurdo, ya que conlleva a realizar un inadecuado juicio. De acuerdo a este modelo, los alumnos son representados por A. El docente da la consigna de leer un apartado para el día siguiente representado por B, el estudiante cavila: ¡Está muy errado, si pretende que voy a realizarlo, es exagerado un capítulo!, representado por C. A consecuencia sentirá ira y ansiedad, posiblemente obvie plasmar su actividad, entreteniéndose al permanecer en redes sociales, internet, ver la televisión, entre otras actividades que son parte de la procrastinación, interpretada de forma incorrecta de deducir al acoger un estímulo activador, trayendo como consecuencia el incumplimiento de sus intereses para efectuar una tarea enviada.

Para Chan (2011), menciono que la procrastinación es una alteración en la solución de problemas y toma de medidas al momento de decidir si termina las tareas académicas o satisfacer las exigencias en el entorno.



Según Vargas (2017), la procrastinación académica fundamenta el prorrogar, el cumplimiento en las actividades de índole académica. Es un estudio multidisciplinario, pues resulta incluir aspectos afectivos, cognitivos y conductuales.

Para Domínguez, et al., (2014), la procrastinación estuvo basada en el entorno actual, las noticias y la información, que expone a las personas a la inutilidad, conduce a vidas aceleradas, las conductas objetivo obstaculizan su avance integral y conducen a una pérdida de tiempo, lo que paraliza el logro de los objetivos establecidos.

Para Quant, et al., (2012), la procrastinación es un esquema de conducta determinado por prorrogar de manera voluntaria la ejecución de actividades que deben ser devueltas en un tiempo determinado. Se halló que demostrar comportamientos asociados con la procrastinación está relacionado con: déficit en autoconfianza, autocontrol, baja autoestima, depresión y conductas desorganizadas, perfeccionismo e impulsividad disfuncional y ansiedad.

Según Steel & Ferrari (2012), conceptuó la procrastinación como una carencia en el proceso de autorregulación generando una dilatación voluntaria de cumplir actividades programadas pese a que se prevea un contexto peor como resultado del aplazamiento.

Husmann & Chiale (2015), mencionaron que la procrastinación académica tiene una relación con el inadecuado manejo del tiempo, quiere decir que los aprendices gestionan su tiempo de manera que sienten que no es suficiente para ejecutar sus actividades académicas en el momento dado. Así como Clarina et al., (2012), menciono que aquellos estudiantes que procrastinan suelen ser más propensos a presentar dificultades para comenzar y terminar una tarea.

Una de las dimensiones de la procrastinación académica es la autorregulación académica. Para Pintrich (2000), conceptuó la autorregulación como un proceso constructivo y activo, por lo que el estudiante se plantea metas

u objetivos, revisa su aprendizaje y controla su motivación, cognición y comportamiento. Por lo cual esta viene a ser una acción de carácter regulador que el alumno efectúa en circunstancias de su proceso de aprendizaje. Para esta gestión moderadora es primordial tener el juicio de lo que se realiza y se conoce; se accede al conocimiento por medio de la meta cognición. Un estudiante no logrará autorregularse académicamente, si no cuenta con un conocimiento sobre sí mismo, sus estrategias de aprendizaje y sus emociones.

Hu & Driscoll (2005, como se citó en Driscoll, 2013), en un apartado subtulado aprendizaje autorregulado, conceptuó la autorregulación como las destrezas que el aprendiz utiliza para la programación de objetivos y administrar su auto aprendizaje y desempeño. Asimismo, Pintrich (1995), expreso la existencia de tres objetos sobre los que recae la autorregulación de un aprendiz: la motivación, la conducta y la cognición.

Para Ferrari & Pychyl (2012, como se citó en Valencia, 2015), refirieron que la procrastinación académica está conectada con la carencia de la autorregulación y esto resalta en los universitarios, porque en esta etapa es donde suelen pedir trabajos más extensos con tiempos limitados, por ello el nivel de exigencia es alto en su proceso de formación del estudiante con el motivo que se sienta capaz de afrontar sus objetivos y llegar al éxito.

Otra de las dimensiones es la postergación de actividades. Domínguez, et al., (2014), conceptuó la postergación como el hábito de prorrogar continuamente una actividad; en la totalidad de los casos se produce ansiedad, estrés, disminución de la autoeficacia por la entrega de actividades y como resultado conllevará a una calificación baja o negativa.

Por otra parte, la postergación de actividades viene a ser una medida con intención que conlleva a posponer sin necesidad, al no completar una tarea, la cual se reemplaza por otra de preferencia mínima, siendo consciente de las posibles desventajas y resultados negativos (Palacios y Palos, 2007).

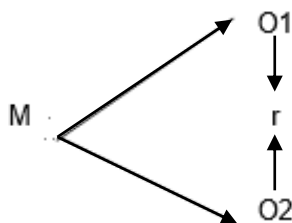
### III. METODOLOGÍA

#### 3.1. Tipo y diseño de investigación

El presente estudio de investigación fue de tipo aplicada, nivel descriptivo, de enfoque cuantitativo. Según Concytec (2020), tuvo como objetivo identificar los medios como protocolos y técnicas, que pueden satisfacer necesidades específicas reconocidas a través del conocimiento científico. El diseño fue no experimental transversal correlacional. El modelo de diseño es como se muestra en la (Figura 3).

**Figura 3**

*Representación del diseño de investigación.*



*Nota.* Elaboración propia basado en Valderrama (2019)

Dónde:

M = Muestra de observación

r = Correlación

O1 = Variable 1: Hábitos de estudio

O2 = Variable 2: Procrastinación académica

#### 3.2. Variables y operacionalización

Variable 1: Hábitos de estudio

Definición conceptual: Los hábitos de estudio se consideran un elemento necesario en el proceso de formación académica, porque se asume que los estudiantes tienen las habilidades de aprendizaje para su desarrollo académico; pero en algunos casos se presentan dificultades que pueden derivar en ausentismo o incluso la deserción. (Castillo, 2015).

Definición operacional: Los hábitos de estudio son la acumulación de comportamientos de aprendizaje (Vicuña, 2005). Por lo tanto, los hábitos de estudio se pueden dividir en cinco dimensiones: ¿cómo estudia?, ¿Cómo hace sus tareas?, ¿Cómo se prepara para exámenes?, ¿Cómo escucha las clases? y ¿Qué acompaña sus momentos de estudio? Este cuestionario está conformado por 53 ítems divididos.

#### Variable 2: Procrastinación académica

Definición conceptual: Es considerado como un hábito de aplazar irracionalmente el desarrollo de actividades o acciones que se relaciona con tareas académicas consideradas por el estudiante como primordiales, donde está en la capacidad de hacerlo, pero este, pospone el trabajo sin que exista una razón fundamentada y además ocasionando malestares emocionales de manera subjetiva por la demora. (Natividad, 2014).

Definición operacional: Dentro de las dimensiones de la procrastinación académica está la autorregulación académica. El autorregularse se realiza mediante un proceso dinámico que se construye a partir de acciones, enfocados a plasmar nuestros aprendizajes y objetivos, esto consiste en cuantificar el nivel en el que los estudiantes norman y dominan sus motivaciones, comportamientos y pensamientos de forma activa (Álvarez, 2010).

Como otra dimensión es la postergación de actividades. Según Natividad (2014), la postergación es una práctica negativa que afecta en el desempeño escolar de los estudiantes e impide el logro de sus metas, siendo esta el principal componente que se manifiesta en la conducta. La escala de procrastinación académica está compuesta por 12 ítems, dividida en dos dimensiones antes mencionadas, la dimensión de autorregulación académica tiene 9 ítems y la dimensión postergación de actividades 3 ítems. La escala de medición es nominal.

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

Según Hernández, et al., (2018), la población se conceptualiza como un conjunto de personas que tienen ciertas características y una muestra es un subconjunto o parte de la población donde se realizará la investigación. Hay formas de obtención de cantidad de cada componente de la muestra como son fórmulas, lógica. Entre estas peculiaridades se mencionaron el tiempo, la accesibilidad y el contenido. El trabajo de investigación se ejecutó en el Colegio América con 40 alumnos del cuarto grado de secundaria. La muestra que se estimó es de tipo censal para el presente trabajo de investigación.

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

Para Hernández, et al., (2018), la técnica utilizada es la encuesta y los instrumentos fueron los cuestionarios para la recogida de datos, estos consisten en una serie de preguntas apuntadas de una a más variables. Con la investigación se utilizó dos instrumentos, los cuales ya se encontraban validados. El primero denominado Inventario de Hábitos de Estudio CASM – 85, de la adaptación peruana de Vicuña (2005), está constituido por 53 ítems que cuenta con 5 dimensiones como son: ¿Cómo estudia usted?, ¿Cómo hace sus tareas?, ¿Cómo prepara sus exámenes?, ¿Cómo escucha las clases?, ¿Qué acompaña sus momentos de estudio? Cuenta con una hoja de respuestas de dos columnas para marcar siempre o nunca. El segundo cuestionario fue la escala de procrastinación académica de Busko, adaptado por Domínguez (2016), conformada por 12 ítems divididas en dos dimensiones como son: autorregulación académica y procrastinación académica, donde se utilizó la escala de Likert.

### **3.5. Procedimientos**

Según Rojas, (2011), estos procesos han sido verificados en la práctica para obtener y transformar información útil para la resolución de problemas de conocimiento en las ciencias.

Se realizó la coordinación con la dirección de la institución, así como también se envió una carta de presentación para solicitar la autorización respectiva, se aplicó los instrumentos de manera virtual a través del formulario

google. Una vez aplicados se realizó una base de datos para aplicar herramientas estadísticas como el SPSS versión 26, que permitió obtener resultados mediante tablas tanto en la estadística descriptiva e inferencial, así como también permitió hallar la prueba de normalidad, lo cual permitirá llegar a realizar las discusiones y tener en cuenta conclusiones y sugerencias en el desarrollo del trabajo de investigación.

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

El presente estudio utilizó métodos cuantitativos para establecer una base de datos de variables relacionadas con los hábitos de estudio y la procrastinación académica, se usó cuestionarios que ya se encontraban validados, estos para recolectar datos a través de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y el Cuestionario de Hábitos de estudio CASM-85 y herramientas estadísticas como el SPSS versión 26 para procesar datos de forma inmediata y generar una tabla de frecuencias, las estadísticas explicaron los resultados de medición de las variables de investigación, para ello se utilizó la estadística descriptiva. De manera similar, se usaron procedimientos estadísticos aplicando la prueba inferencial para probar la normalidad basada en la muestra y la prueba de correlación de Pearson para probar las hipótesis de investigación.

### **3.7. Aspectos éticos**

Para el presente estudio, se consideró diferentes principios que se formularon durante la investigación. Éste tiene una base ética y tuvo como objetivo proteger y promover la calma, la sobriedad y la honestidad de los colaboradores. Estos resúmenes se elaboraron de acuerdo con el código de ética profesional de los psicólogos peruanos e incluyeron lo siguiente: los participantes son entidades que han recibido su consentimiento previo para cooperar y llevar a cabo el desarrollo de este estudio.

La iniciación y la autenticidad se basaron en proporcionar referencias significativas para los participantes, correspondientes a la investigación o sus contribuciones. Por otro lado, se realizó el consentimiento informado en los cuestionarios, se respetó la confidencialidad de las personas en la encuesta

obtenida y el propósito fue garantizar que los datos específicos de la persona como parte de la encuesta no se divulguen de una manera que pueda distinguir la fuente. Esto quiere decir que, si se divulgaron investigaciones específicas en base a resultados estandarizados y grupos de investigación, no se podrá divulgar a otros elementos, ni se divulgaron informes que intenten puntualizar brevemente con algún colaborador.

#### IV. RESULTADOS

##### Resultados descriptivos

**Tabla 1**

*Variable hábitos de estudio*

Hábitos de estudio				
Niveles	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Negativo	5	12.5	12.5	12.5
Tendencia negativa	25	62.5	62.5	75.0
Tendencia positiva	9	22.5	22.5	97.5
Muy positivo	1	2.5	2.5	100.0
Total	40	100.0	100.0	

En la tabla 1 la descripción de la variable hábitos de estudio se pudo evidenciar que 62.5% de los estudiantes presenta hábitos de estudio con tendencia negativa, seguido de 22.5% con tendencia positiva, seguido del 12.5% presentó hábitos de estudio en un nivel negativo y por último el 2.5% manifestó hábitos de estudio en un nivel muy positivo.



**Tabla 2***Variable procrastinación académica*

Procrastinación académica				
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Bajo	9	22.5	22.5	22.5
Medio	31	77.5	77.5	100.0
Total	40	100.0	100.0	

En cuanto a la descripción de la procrastinación académica se evidenció que un 77.5% de estudiantes presentó un nivel medio de procrastinación académica y un 22.5% en un nivel bajo.

**Tabla 3***Frecuencia de la variable hábitos de estudio y sus dimensiones*

Niveles	Hábitos de estudio		Formas de estudio		Resolución de tareas		Preparación de exámenes		Forma de escuchar clases		Acompañamiento al estudio	
	fr	%	fr	%	fr	%	fr	%	fr	%	fr	%
Muy negativo	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Negativo	5	12.5	5	12.5	5	12.5	5	12.5	5	12.5	5	12.5
Tendencia negativa	20	50	25	62.5	25	62.5	25	62.5	25	62.5	25	62.5
Tendencia positiva	8	20	9	22.5	9	22.5	9	22.5	9	22.5	9	22.5
Positivo	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Muy positivo	7	17.5	1	2.5	1	2.5	1	2.5	1	2.5	1	2.5
Total	40	100	40	100	40	100	40	100	40	100	40	100

En la tabla 3 referente a la descripción de la variable hábitos de estudio se evidenció que el 50% de los estudiantes tiene hábitos de estudio con tendencia negativa, el 20% con tendencia positiva, seguido del 17.5 % con tendencia muy positivo y por último y no menos importante el 12.5% presenta hábitos de estudio en un nivel negativo.

Con respecto a las dimensiones de la variable se encontró que el 62.5 % de los estudiantes presenta diversas formas de estudiar, responde a la resolución de tareas, se prepara para los exámenes, presta atención a su sesión de clases y tiene acompañamiento en los períodos de estudio, con un nivel de tendencia negativa, seguido del 22.5% presentó diferentes formas de estudio, habilidades para la resolución de tareas, preparación para sus exámenes, presta atención a

clases y acompaña sus momentos de estudio, con un nivel de tendencia positiva y por último el 12.5% de los estudiantes presentó formas de estudio, habilidades para la resolución de tareas, se prepara para los exámenes, opta por formas de estudiar y presenta hábitos de estudio con tendencia negativa.

**Tabla 4**

*Frecuencia de la variable procrastinación académica y sus dimensiones*

Niveles	Procrastinación académica		Autorregulación académica		Postergación de actividades	
	fr	%	fr	%	fr	%
	Bajo	9	22.5	9	22.5	9
Medio	31	77.5	31	77.5	31	77.5
Alto	0	0	0	0	0	0
total	40	100	40	100	40	100

En la tabla 4 respecto a la variable de procrastinación académica se muestra que el 77.5% de estudiantes presentó un nivel medio y un 22.5% un nivel bajo.

Referente a las dimensiones se observó que el 77.5% de los estudiantes presentó una autorregulación académica media seguido del 22.5% una autorregulación media, de la misma forma 77.5% de los estudiantes mostró una postergación de actividades en un nivel medio y un 22.5% de estudiantes una postergación de actividades en nivel bajo.

## Resultados inferenciales

**Tabla 5**

*Correlación entre las variables hábitos de estudio y procrastinación académica*

		Procrastinación académica	Hábitos de estudio
Hábitos estudio	Correlación de Pearson	.047	1
	Sig. (bilateral)	.037	
	N	40	40
Procrastinación académica	Correlación de Pearson	1	.047
	Sig. (bilateral)		.037
	N	40	40

Según la tabla 5, los encuestados aprobaron el coeficiente de rangos, el valor de  $r=0.047$  y para  $p$  un valor asignado de  $0.037$ , menor que el valor establecido de  $0,05$ , por lo que se rechaza la hipótesis nula y se establece la hipótesis alterna, mostrando que existe relación positiva muy baja entre hábitos de estudio y la procrastinación académica, en relación a los alumnos de cuarto grado de secundaria del colegio América, Abancay 2021.

**Tabla 6***Correlación entre los hábitos de estudio y la autorregulación académica*

		Hábitos de estudio	Autorregulación académica
Hábitos de estudio	Correlación de Pearson	1	.070
	Sig. (bilateral)		.006
	N	40	40
Autorregulación académica	Correlación de Pearson	.070	1
	Sig. (bilateral)	.006	
	N	40	40

Según la tabla 6 , los encuestados obtuvieron en el coeficiente de rangos, el valor de  $r = .070$  y para  $p$  un valor asignado de  $0.006$ , que indica un valor menor que el valor establecido de  $.05$  por lo que se rechaza la hipótesis nula y se establece la hipótesis alterna que muestra una correlación positiva muy baja entre hábitos de estudio y la dimensión autorregulación académica, es decir una aumenta y la otra en cierto medida también, en relación a los alumnos de cuarto grado de secundaria del colegio América.

**Tabla 7***Correlación entre los hábitos de estudio y postergación académica*

		Hábitos estudios	Postergación de actividades
Hábitos estudio	Correlación de Pearson	1	-.092
	Sig. (bilateral)		.007
	N	40	40
Postergación de actividades	Correlación de Pearson	-.092	1
	Sig. (bilateral)	.007	
	N	40	40

Según la tabla 7, los encuestados alcanzaron en el coeficiente de rangos, el valor de  $r = -.092$  y para  $p$  un valor asignado de  $.007$ , evidenciándose un valor menor al establecido de  $.05$  por lo que se rechaza la hipótesis nula y se establece la hipótesis alterna, lo que muestra que existe relación negativa muy baja entre los hábitos de estudio y la dimensión postergación de actividades, siendo una influencia inversa entre ambas variables, en los alumnos de cuarto grado de secundaria del colegio América.

## V. DISCUSIÓN

En esta sección se analizarán los resultados obtenidos en la presente investigación y se compararán con la información de los antecedentes; así como se indicará las limitaciones halladas.

Según los resultados descriptivos, en la variable hábitos de estudio, el 50% de los estudiantes tiene una tendencia negativa y el 20% tendencia positiva. La conclusión de este resultado es controvertida con lo hallado por Silva (2020), en su estudio encontró que el 35% tienen hábitos de estudio en un nivel positivo y un 13% con tendencia negativa. Esto quiere decir que el 15% es más que el resultado en cuanto al nivel de hábitos de estudio. Por lo cual los estudiantes del Colegio América tienden a no tener un adecuado desarrollo de los hábitos de estudio, mientras que los estudiantes de una Universidad de Piura tienen conductas desarrolladas que se orientan a la ejecución anticipada para el cumplimiento de tareas, preparación de trabajos, esto también puede diferir por la edad de los estudiantes, ya que los universitarios generan mayor autonomía y responsabilidad al momento de estudiar.

Se puede mencionar otros estudios donde se encuentra similitud, como el de Zárate et al., (2018), donde obtuvo que el 53.3% tienen una tendencia negativa y el 30.6 % tendencia positiva, por lo cual los estudiantes del nivel universitario no tienen hábitos de estudio para enfrentar exigencias académicas, al igual que los estudiantes del Colegio.

Mondragón et al., (2016); en su estudio hábitos de estudio y rendimiento académico en los estudiantes de la licenciatura de administración de la unidad académica profesional Tejupilco, el segundo y sexto semestre obtienen un nivel normal bajo con un 22.6% y 22.5%, mientras que el cuarto y octavo semestre un nivel normal moderado con 23.0% y 23.7%. Esto quiere decir que los estudiantes de grados más avanzados tienen mejores hábitos y por ende un mejor rendimiento académico. Por otro lado, Córdova y Alarcón en su investigación obtienen puntajes contrarios, el 52% presenta un nivel positivo y el 34% en un nivel de tendencia positiva.

Respecto a la variable de procrastinación académica en los estudiantes, se halló que existe un nivel de procrastinación media con un 77.5 % y 0% en un nivel alto. Estudios como el de Silva (2020), difieren mostrando un nivel de procrastinación alto con 93% y con un nivel medio en un 7%. Según Domínguez et al., (2019), en los estudiantes prevaleció la mayor incidencia de conductas dirigidas a retrasar sus actividades académicas y dificultad para autorregular el cumplimiento de sus objetivos en su formación pre-profesional. Los resultados se asemejan al estudio de Clariana (2017), Procrastinación en estudiantes universitarios, su relación con el curso académico y su edad, hallaron que los estudiantes menores de 25 años que cursan el cuarto grado tienen un nivel moderado de procrastinación y los que cursan primero un nivel moderado alto, son los que más procrastinan.

Respecto a los resultados inferenciales se demostró que los hábitos de estudio y la procrastinación académica en estudiantes de cuarto grado de secundaria del Colegio América, 2021, existe una relación positiva muy baja entre hábitos de estudio y la variable procrastinación académica ( $\rho=0.047$ ;  $p<0.037$ ). Quiere decir que los estudiantes tienen hábitos de estudio para realizar sus actividades académicas, cumplen con sus tareas académicas, se preparan para sus exámenes, prestan atención y escuchan sus clases y acompañan sus momentos de estudio, pero, sin embargo, estando presente la conducta de procrastinar, lo cual genera posponer o aplazar sus actividades académicas.

De la misma forma se determinó que el 52.5% estudia, pero presenta una tendencia negativa al hábito de estudio, de la misma forma el 55% expresó que nunca hace las tareas y tiene una tendencia negativa a los hábitos de estudio, y que el 55% de los estudiantes nunca escucha las clases y tiene una tendencia negativa al hábito de estudio. Esta relación significativa entre los hábitos de estudio y la procrastinación académica se asemeja con la investigación realizada en los antecedentes de Silva (2020), donde obtuvo una relación positiva significativa baja entre la procrastinación académica y hábitos de estudio ( $\rho=0.291$ ;  $p<0.05$ ). Esto explica porque los estudiantes exhiben ciertos comportamientos que se enfocan en postergar persistentemente la realización de



sus trabajos y/o actividades académicas, entregar tareas a tiempo, dificultad para planificar y administrar su tiempo y priorizar sus responsabilidades. Por otro lado, también tienen hábitos de estudio adecuados para utilizar técnicas para resumir información, enfatizar ideas principales, buscar nuevas palabras e información y escuchar las clases eficazmente, tomar nota de ideas principales y acompañar su tiempo de estudio sin distractores.

Sin embargo, los resultados del estudio de Córdova y Alarcón (2019), son diferentes a la presente investigación actual porque no se encontró significancia entre los hábitos de estudio y la procrastinación académica ( $p=0.7$ ). Pero existe una correlación entre la dimensión preparación de exámenes y postergación de actividades, así como la relación forma de escuchar y la dimensión autorregulación académica ( $p=0.05$ ).

En otros estudios Mondragón et al., (2016) halló que no existe relación significativa ( $p < -0.05$ ), entre las variables de hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes de administración, ni tampoco relación en las cinco escalas: escalas de condiciones ambientales para el estudio, programación para el estudio, utilización de materiales, asimilación de contenidos y sinceridad. Por lo que este estudio difiere en relación a una de las variables. Por otro lado, Khan y Frías (2017), con una correlación negativa altamente significativa ( $p < -0.236$ ) entre procrastinación académica y autoeficacia, pero no se halló relación con la dimensión postergación de actividades.

Para el objetivo específico 1: Establecer la relación entre los hábitos de estudio y la autorregulación académica, se halló una correlación positiva muy baja entre hábitos de estudio con 50% en un nivel de tendencia negativa y la dimensión autorregulación académica en un 77.5 % en un nivel medio, hallando un valor de  $r = .070$  y  $p = 0.006$  en relación a los alumnos de cuarto grado de secundaria del colegio América. Por lo cual, los estudiantes presentan dificultades en las pautas para el estudio y la realización de tareas, sin embargo, tienen una conducta reguladora. Pintrich (2000), conceptúa la autorregulación como un proceso constructivo y activo, por lo que el estudiante se plantea metas u

objetivos, revisa su aprendizaje y controla su motivación, cognición y comportamiento. Por lo cual esta viene a ser una acción de carácter regulador que el alumno efectúa en circunstancias de su proceso de aprendizaje. Para esta gestión moderadora es primordial poseer el juicio de lo que se realiza y se conoce; se accede al conocimiento por medio de la meta cognición. Un estudiante no logrará autorregularse académicamente, si no cuenta con un conocimiento sobre sí mismo, sus estrategias de aprendizaje y sus emociones.

Así mismo, en el estudio de Córdova y Alarcón (2019), difiere la relación entre la dimensión forma de escuchar de la variable hábitos de estudio y la variable sexo ( $p=0.05$ ). Se observó en esta dimensión una tendencia positiva en el sexo femenino (52.8%) respecto al masculino (36.9%). Por otro lado, los resultados hallados en la relación entre hábitos de estudio con la dimensión autorregulación académica en un 25.9 %, en un nivel positivo difieren. En ese entender, la forma de prestar atención y participar en actividades académicas puede ser una manera de autorregulación en lo académico. Hu & Driscoll (2013), en un apartado subtítulo aprendizaje autorregulado, menciona que Driscoll (2005) conceptúa la autorregulación como las destrezas que el aprendiz utiliza para la programación de objetivos y administrar su auto aprendizaje y desempeño. Asimismo, mencionan que Pintrich (1995), expresa la existencia de tres objetos sobre los que recae la autorregulación de un aprendiz: la motivación, la conducta y la cognición.

Por otro lado, se diferencia del estudio de Silva (2020), encuentra una correlación significativa positiva moderada entre los hábitos de estudio y la dimensión autorregulación académica ( $\rho= .505$ ;  $p<0.05$ ). Porque el 29% de los alumnos poseen un nivel medio para usar estrategias de control como la anticipación y cumplimiento de tareas académicas.

Para el objetivo específico 2: se ha demostrado que existe relación negativa muy alta entre los hábitos de estudio y la dimensión postergación de actividades, en los alumnos de cuarto grado de secundaria del colegio América.

Lo cual concuerda con el estudio de Córdova y Alarcón (2019), donde se demostró correlación en la dimensión postergación de actividades y preparación de exámenes. Los estudiantes que procrastinan suelen estudiar en ambientes con condiciones poco óptimas y el tiempo que estudian para rendir exámenes es ínfimo, aumentando de esta manera el fracaso académico. Al igual las personas que tienden a posponer actividades, suelen olvidar el contenido de lo estudiado con mayor facilidad, plagiar durante el examen u optar el curso más factible para estudiar, separando los de mayor importancia. Cabe decir, una impropia preparación para los exámenes como consecuencia de la postergación de actividades académicas, esto podría explicarse a nivel psicológico por algunas cogniciones erradas como: lo haré mal, tengo miedo a que me critiquen, no poseo tiempo para estudiar o por el contrario, es muy sencillo para estudiarlo, pasaré ese curso, las cuales crean una autopercepción despreciada o sobrevalorada en cuanto a su rendimiento. Por otra parte, la postergación de actividades viene a ser una medida con intención que conlleva a posponer sin necesidad, al no completar una tarea, la cual se reemplaza por otra de preferencia mínima, siendo consciente de las posibles desventajas y resultados negativos. (Palacios y Palos, 2007).

Así como también en la dimensión forma de escuchar con la dimensión autorregulación académica ( $p=0.05$ ). Como tal, la forma de prestar atención y tener participación en clases, podría ser una evidencia de la autorregulación en el contexto académico. Los resultados difieren en la investigación de Silva (2020), porque se halló una correlación negativa moderada significativa de los hábitos de estudio y la dimensión postergación de actividades ( $\rho = -.589$ ;  $p < 0.05$ ), ya que se identificó que el 25% de alumnos obtuvieron un nivel medio para la postergación de actividades y tendencia positiva para hábitos de estudio. Esto quiere decir la postergación es como el hábito de prorrogar continuamente una actividad; en la totalidad de los casos se produce ansiedad, estrés, disminución de la autoeficacia por la entrega de actividades y como resultado conllevará a una calificación baja o negativa (Domínguez et al., 2019).

Para concluir el presente capítulo, se hallaron tres limitaciones en el trabajo de investigación, en primer lugar, el estudio se ejecutó durante la Pandemia por la COVID-19 por lo cual, el hallazgo de los resultados podría estar dirigidos a las vivencias diferenciadas de los estudiantes producto por la situación de Emergencia. Como segundo punto, la recolección de datos se dio a través de formularios google, lo cual se tuvo que adaptar la estructura del instrumento y por último la aplicación de los instrumentos fue de forma virtual por videoconferencia zoom y se presentaron deficiencias de conexión del internet, lo cual dificultó que todos los estudiantes terminen de responder el cuestionario en la hora programada.

## **VI. CONCLUSIONES**

1. Se concluye que existe relación significativa entre hábitos de estudio y la variable procrastinación académica, en relación a los alumnos de cuarto grado de secundaria del colegio América- Abancay. Evidenciándose una correlación positiva muy baja ( $r = 0.047$  y  $p = 0.0379$ ). Esto quiere decir que los estudiantes tienen hábitos de estudio para realizar sus actividades académicas, cumplen con sus tareas académicas, se preparan para sus exámenes, prestan atención y escuchan sus clases y acompañan sus momentos de estudio, pero, sin embargo, está presente la conducta de procrastinar, lo cual genera posponer o aplazar sus actividades académicas trayendo como consecuencia entregar las actividades fuera del tiempo establecido.
2. Existe correlación positiva muy baja entre los hábitos de estudio y la dimensión autorregulación académica en los alumnos de cuarto grado de secundaria del colegio América- Abancay. Hallándose una correlación con un valor de ( $r = 0.070$  y  $p = 0.006$ ). Lo cual indica que los alumnos tienen dificultades en las pautas para el estudio y la ejecución de tareas, pero sin embargo poseen una conducta reguladora que permite plantear sus metas u objetivos, controlar su motivación, cognición, comportamiento y revisar su aprendizaje.
3. Existe correlación negativa muy alta entre los hábitos de estudio y la dimensión postergación de actividades, en los alumnos de cuarto grado de secundaria del colegio América. Obteniendo un valor de ( $r = -0.092$  y  $p = 0.007$ ). Esto quiere decir que los estudiantes que no tienen óptimos hábitos de estudio tienden a procrastinar y aún más cuando se encuentran en ambientes poco óptimos o lleno de distractores y es por ello que aplazan actividades y se olvidan de lo que aprenden estudiando con facilidad.

## **VII. RECOMENDACIONES**

1. A los padres de familia, en el núcleo familiar se debe inculcar el hábito hacia el estudio mediante el ejemplo desde la infancia, generar conductas repetitivas para que el estudio establezca el estudio como un hábito, teniendo rutinas para el estudio, supervisar los horarios de estudio, reconocer el esfuerzo y los logros obtenidos, brindar una adecuada alimentación ofrecer un ambiente tranquilo, iluminado. Todo ello conllevará a que, el estudiante desarrolle de manera adecuada el hábito hacia el estudio. También los padres deben hacer un autoanálisis sobre su conducta y que actitudes ayudan o no en la crianza con sus hijos, que estilo de crianza imparten y deben formular metas en caso existan dificultades. Para que de esta manera generen el desarrollo de la autorregulación mediante el control de las emociones.
2. A los tutores, deben plasmar un programa psicoeducativo con sesiones psicoeducativas, llevado a cabo en las horas de tutoría referente a los hábitos y técnicas de estudio, organización y planificación, gestión del tiempo, establecimiento de metas y objetivos, paralelamente aplicar instrumentos de entrada y salida al culminar el programa. Esto con el fin de que los estudiantes desarrollen de manera adecuada el hábito y de esta manera el estudio se convierta en un hábito del día a día para que puedan realizar sus actividades académicas en una determinada hora, en un ambiente adecuado sin distractores y así terminar sus actividades y no llegar a la postergación de estas y cumplir sus objetivos y metas.
3. El Departamento Psicopedagógico debe establecer programas psicoeducativos enfocados en la utilización de técnicas cognitivas, conductuales que permitan el manejo adecuado de las emociones, manejo de las creencias irracionales, pensamiento y comportamiento que ayuden al estudiante a tener una adecuada autorregulación en el ámbito académico. Así como también a través de la escuela de padres, se debe realizar talleres con temas como: De qué manera fomentar el hábito de

estudio en los hijos, como integrar a los padres de familia en la educación de sus hijos, estilos de crianza y procrastinación académica, etc.

4. El Departamento Psicopedagógico, debe evaluar a los estudiantes para saber en qué nivel de procrastinación académica se encuentran y realizar un perfil del estudiante y en base a los resultados abordar la conducta procrastinadora mediante técnicas cognitivas, conductuales. Por otro lado, se debe entrenar a los docentes en el tema de procrastinación y hábitos de estudio para que ayuden a los estudiantes a planear de mejor manera sus actividades y formular sus metas en cada curso para incrementar el rendimiento académico.

## REFERENCIAS

- Angarita Becerra, L. D. (2012). Aproximación a un concepto actualizado de la procrastinación. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 5(2), 85–94.  
<https://doi.org/10.33881/2027-1786.rip.5209>
- Álvarez, O. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Revista Persona*, Universidad de Lima – Perú, (13), 159–77.  
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=147118212009>
- Argentina (2013). *Relación entre hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes de primero básico*. Universidad Rafael Landívar.  
<http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2013/05/24/Gomez-Aura.pdf>
- Bruner, J. S., Olver, R. R. & Greenfield, P. M. (1966). *Studies in cognitive growth*. New York: Wiley.  
<https://psycnet.apa.org/record/1966-35021-000>
- Burka, J. B., & Yuen, L. M. (2008). *Procrastination: Why you do it, what to do about it now (2nd Ed.)*. Cambridge, MA: Da Capo Life – long Books.
- Cartagena, M. (2008). Relación entre la autoeficacia, el rendimiento escolar y los hábitos de estudio de secundaria. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, vol. 6 (3).  
<http://www.rinace.net/arts/vol6num3/art3.pdf>, consulta: abril 2015
- Castillo Rojas, S. V. (2015). *Hábitos de estudio en estudiantes de Bibliotecología*, Universidad Nacional Autónoma de México. *Códices*, 11(2), 125–136.  
<https://biblat.unam.mx/hevila/CodiceBogota/2015/vol11/no2/6.pdf>



- Cavusoglu, C. & Karatas, H. (2015). *Academic Procrastination of Undergraduates: Selfdetermination Theory and Academic Motivation*. *Anthropologist*, 20, (3).735-743. Yildiz Technical University  
<http://krepublishers.com/02-Journals/TAnth/Anth-20-0-000-15-Web/Anth-20-3-000-15-Abst-PDF/T-ANTH-20-3-735-15-1195-Cavusoglu-C/T-ANTH-20-3-735-15-1195-Cavusoglu-C-Tx%5B42%5D.pdf>.
- Chan, L. A. (2011). *Academic procrastination as predictor of academic performance among young people with higher education*. *UNIFE*, 7(1), 53-62.  
[https://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/revista\\_tematica\\_psicologia\\_2011/chan\\_bazalar.pdf](https://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/revista_tematica_psicologia_2011/chan_bazalar.pdf)
- Chávez, J. y Morales, M. (2017). Procrastinación académica de estudiantes en el primer año de carrera. *Revista Electrónica sobre Cuerpos Académicos y Grupos de Investigación*, 4(8), 1–18.  
<http://www.cagi.org.mx/index.php/CAGI/article/view/154/291>
- Clariana, M., Gotzens, C., Badia, M. y Cladellas, R. (2012). Procrastination and cheating from secondary school to university. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 10(2), 737–754.
- Córdova, P. y Alarcón, A. (2019). *Hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes universitarios en Lima Norte*. *CASUS*, 4(1), 22-29.  
<https://doi.org/10.35626/casus.1.2019.161>
- Cronbach, L. J. (1957). The two disciplines of scientific psychology. *American Psychologist*, 12, 671–684.
- De Paola, M. y Scoppa, V. (2014). Procrastination, academic success and the effectiveness of a remedial program. *Journal or Research in Economic Behavior & Organization*, 3495, 1–20. doi: 10.1016/j.jebo.2014.12.007.

- Domínguez, S., Villegas, G., & Centeno, S. (2014). Procrastinación académica: validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. *Liberabit*. 20 (2): 293-304.
- [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-48272014000200010](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272014000200010)
- Duda, M. (2018). *Procrastinación académica en estudiantes de ingeniería de una Universidad Privada en Lima* [Tesis de maestría, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio institucional.
- [http://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/upch/3794/Procrastinacion\\_DudaMacera\\_Maria.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/upch/3794/Procrastinacion_DudaMacera_Maria.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Duru, E. & Balkis, M. (2017). Procrastination, Self-esteem, Academic Performance, and Well-being: A Moderated Mediation Model. *International Journal of Educational Psychology*. 6, (2). 97–119. Universidad de Pamukkale.
- Ellis, A., & Knaus, W. J. (1977). *Overcoming procrastination*. New York: Institute for Rational Living.
- Enríquez, M.F. (2013). Hábitos y técnicas de estudio en la Universidad Mariana. *Revista UNIMAR*. 31(2), 81-97
- Escobar, A. y Corzo, L. (2018). *Procrastinación académica, autorregulación del aprendizaje y ansiedad en estudiantes de recién ingreso a comunidades universitarias* [Tesis de maestría, Universidad Nacional Abierta y a Distancia Colombia]. Repositorio institucional.
- <https://stadium.unad.edu.co/preview/UNAD.php?url=/bitstream/10596/192801/1098662547.pdf>

- Ferrari, J., Johnson, J., & McCown, W. (1995). Procrastination and task avoidance. New York. *Editorial Plenum Press*.
- [https://www.researchgate.net/publication/276292917\\_Procrastination\\_and\\_Task\\_Avoidance-Theory\\_Research\\_and\\_Treatment](https://www.researchgate.net/publication/276292917_Procrastination_and_Task_Avoidance-Theory_Research_and_Treatment)
- Ferrari, J., O'Callaghan, J. y Newbegin, I. (2005). Prevalence of procrastination in the United States, United Kingdom, and Australia: Arousal and avoidance delays among adults. *North American Journal of Psychology*, 7, 1-6.
- Ferrari, J. R., Barnes, K. L., & Steel, P. (2009). Life regrets by avoidant and arousal procrastinators. Why put off today what you will regret tomorrow?. *Journal of Individual Differences*, 30, 163–168. doi: 10.1027/1614-0001.30.3.163
- Ferrari, J. R. & Pychyl, T. A. (2012). “If I wait, my partner will do it”: The role of conscientiousness as a mediator in the relation of academic procrastination and perceived social loafing. *North American Journal of Psychology*, 14(1), pp. 13-24
- Figuera, P. y Torrado, M. (2015). La adaptación y la persistencia académica en la transición en el primer año de universidad: el caso de la Universidad de Barcelona. *Opción*, 31(6).
- García-Ayala, C. (2009). Comprendiendo la procrastinación con el modelo ABC de Albert Ellis. *Gaceta de la escuela de medicina Justo Sierra*, 2(1), 4-5.
- García, J. F.; Frías, M.D. y Pascual, J. (1999). *Los diseños de la investigación experimental*. Comprobación de la hipótesis. Universidad de Valencia.

- García, V. y Silva, M. (2019). Procrastinación académica entre estudiantes de cursos en línea. Validación de un cuestionario. *Apertura Revista de innovación educativa*, 11(2), 122–137.  
<http://dx.doi.org/10.32870/Ap.v11n2.1673>
- Garzón-Umerenkova, A. y Gil-Flores, J. (2017a). Academic procrastination in nontraditional college students. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 15(3), 510-532.
- Harriott, J. S., & Ferrari, J. R. (1996). Prevalence of procrastination among samples of adults. *Psychological Reports*, 78, 611-616.  
<http://dx.doi.org/10.2466/pr0.1996.78.2.611>
- Hernández-Sampieri, R., & Torres, C. P. M. (2018). *Metodología de la investigación (Vol. 4)*. México D. F DF: McGraw-Hill Interamericana.
- HU, H., & DRSCOLL, M. Self-Regulation in e-Learning Environments: *A Remedy for Community College? Educational Technology & Society*, v. 16, n. 4, p. 171–184, 2013. Disponible en:  
<http://www.jstor.org/stable/jeductechsoci.16.4.171>
- Husmann, G. y Chiale, G. (2015). *Procrastinación: el acto de postergarse en la vida*. Buenos Aires: Editorial del Nuevo Extermo.
- Jin Kuan Kok. (2016). The relationships between procrastination and motivational aspects of self-regulation. *Journal Psikologi Malaysia*. 30, (1). 30-39. Universiti Tunku Abdul.  
<http://spaj.ukm.my/ppppm/jpm/article/view/204/166>

- Khan, T. (2017). *Procrastinación académica y autoeficacia en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo* [Tesis de Maestría, Universidad privada del norte Trujillo del Perú]. Repositorio institucional <http://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/11419>
- Klassen, R. y Kuzucu, E. (2009). Academic procrastination and motivation of adolescents in Turkey. *An International Journal of Experimental Educational Psychology*, 29(1), 69-81. doi:10.1080/01443410802478622.
- Lay, C. H., & Burns, P. (1991). Intentions and behavior in studying for an examination: The role of trait procrastination and its interaction with optimism. *Journal of Social Behavior and Personality*, 6, 605-617.
- Milgram, N. A., Gehrman, T., & Keinan, G. (1992). *Procrastination and emotional upset: A typological model*. *Personality and Individual Differences*, 13(12), 1307–1313.  
[https://doi.org/10.1016/0191-8869\(92\)90173-M](https://doi.org/10.1016/0191-8869(92)90173-M)
- Mondragón Albarrán, C. M., Cardoso Jiménez, D., & Bobadilla Beltrán, S. (2017). Hábitos de estudio y rendimiento académico. Caso estudiantes de la licenciatura en Administración de la Unidad Académica Profesional Tejupilco, 2016 / Study habits and academic performance: A research study of Business Administration undergraduate students at the Tejupilco Professional Academic Unit, 2016. *RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 8(15), 661 - 685.  
<https://doi.org/10.23913/ride.v8i15.315>
- Natividad L. (2014). *Análisis de la Procrastinación en estudiantes universitarios* [Tesis Doctoral, Universidad de Valencia]. Repositorio institucional <https://roderic.uv.es/handle/10550/37168>

- Palacios, J., & Palos, P. (2007). Desempeño académico y conductas de riesgo en adolescentes. *Revista de educación y desarrollo*, 7, 5–16.
- Perleche Bazan, D. d. P. (2019). *Hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes de 6° grado de educación primaria de la Institución Educativa 7035*. [Tesis de maestría, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio institucional.  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/35560/Perleche\\_BDDP.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/35560/Perleche_BDDP.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Pintrich, P. (2000). *The Role of goal orientation in self-regulated learning*. Handbook of self-regulation, 451–502.  
<http://cachescan.bcub.ro/ebook/E1/580704/451-529.pdf>
- Quant, M. y Sánchez, A. (2012). Procrastinación, procrastinación académica: concepto e implicaciones. *Revista vanguardia psicológica*, 3(1), pp. 44- 55.
- Rodríguez, A. y Clariana, M. (2017). Procrastinación en estudiantes universitarios: su relación con la edad y el curso académico. *Revista Colombiana de Psicología*, 26(1), 45-60.  
<http://dx.doi.org/10.15446/rcp.v26n1.53572>
- Rozental, A. y Carlbring, P. (2014). *Understanding and treating procrastination: A review of a common self-regulatory failure*. *Psychology*, 5(13), 1488–1502.  
doi:10.4236/psych.2014.513160
- Schunk, D. (1997). *Teorías del aprendizaje*. México: Pearson educación.  
<https://books.google.com.pe/books?id=4etf9ND6JU8C&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>

- Silva Castillo, Ana María (2020) *Procrastinación académica y hábitos de estudio en estudiantes de una universidad de Piura, 2020* [Tesis en maestría, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio institucional  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/52033/Silva\\_CAM%20-%20SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/52033/Silva_CAM%20-%20SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Solomon, L., & Rothblum, E. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitivebehavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503–509.
- Steel, P. (2007). La naturaleza de la dilación. Una revisión meta-analítica y teórica de la insuficiencia de autorregulación por excelencia. *Psychological Bulletin*, 3(3), 65–85.
- Steel, P. (2011). *Procrastinación*. Colombia: Editorial -Grijalbo.
- Steel, P. y Ferrari, J. (2012). Sex, education and procrastination: An epidemiological study of procrastinators' characteristics from a global sample. *European Journal of Personality*, 27, 51–58. doi: 10.1002/per.1851.
- Steel, P., & Klingsieck, K. B. (2016). Academic procrastination: Psychological antecedents revisited. *Australian Psychologist*, 51(1), 36–46.  
<https://doi.org/10.1111/ap.12173>
- Vallejos, S. (2015). *Procrastinación académica y ansiedad frente a las evaluaciones en estudiantes universitarios* [Tesis de maestría, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio institucional  
<https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/6029>
- Van Eerde, W. (2003). A meta-analytically derived nomological network of procrastination. *Personality and Individual Differences*, 35, 1401-1418.  
[http://dx.doi.org/10.1016/S0191-8869\(02\)00358-6](http://dx.doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00358-6)

- Vargas, M. A. P. (2017). Academic procrastination: the case of mexican researchers in psychology. *American journal of education and learning*, 2(2), 103–120.  
<https://doi.org/10.20448/804.2.2.103.120>
- Vicuña, L. (2005). *Inventario de hábitos de estudio CAMS*. Perú: LAVP.  
[http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-48272019000200002](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272019000200002)
- Vij, J. & Dr.i Lomash, H. (2014). Role of Motivation in Academic Procrastination. *International Journal of Scientific & Engineering Research* 5, (8).  
<https://www.ijser.org/researchpaper/Role-of-Motivation-in-AcademicProcrastination.pdf>
- Waqar, S., Shafiq, S & Hasan, S. (2016). Impact of Procrastination and Academic Motivation on Academic Self- efficacy among University Students. *IOSR Journal of Humanities and Social Science (IOSR-JHSS)*. 21(6), 07–13.  
<http://www.iosrjournals.org/iosrjhss/papers/Vol.%2021%20Issue6/Version4/B02106040713.pdf>
- Yilmaz. M (2017). The Relation between Academic Procrastination of University Students and Their Assignment and Exam Performances:The Situation in Distance and Face-to-Face Learning Environments. *Journal of Education and Training Studies* Vol. 5, No. 9.  
<http://redfame.com/journal/index.php/jets/article/view/2545>
- Zárate et al., (2018), *Study habits and stress in students of the health área*.  
[https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S201498322018000300007&script=sci\\_arttext&tlng=pt](https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S201498322018000300007&script=sci_arttext&tlng=pt)



# **ANEXOS**

**Anexo 1: Matriz de consistencia de la Tesis**

<b>TÍTULO: Hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes de cuarto de secundaria del colegio América, Abancay –2021</b> <b>AUTOR: Tapia Callalli, Justa Milagros</b>						
<b>Problema general:</b>  ¿En qué medida los hábitos de estudio se relacionan con la procrastinación académica en los alumnos de cuarto grado de secundaria del colegio América, Abancay, 2021?	<b>Objetivo general:</b>  Determinar la relación entre los hábitos de estudio y la procrastinación académica en los alumnos de cuarto grado de secundaria del colegio América, Abancay, 2021.	<b>Hipótesis general</b>  Existe relación entre los hábitos de estudio y la procrastinación académica en los alumnos de cuarto grado de secundaria del colegio América, Abancay, 2021	<b>Variable 1: Hábitos de estudio</b>			
			<b>Dimensiones</b>	<b>Ítems</b>	<b>Escala de medición</b>	<b>Rangos</b>
<b>Problemas específicos:</b>  1.¿Qué relación existe entre los hábitos de estudio y la autorregulación	<b>Objetivos específicos:</b>  1.Determinar la	<b>Hipótesis específicas:</b>	Forma de estudio	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12	Cuestionario de hábitos de estudios CASM 85-revisión 2005 (Luis Vicuña 1998)  S= Siempre CN= Casi nunca	Muy Positivo 44 - 53
			Resolución de tareas	13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22		Positivo 36 - 43
			Preparación de exámenes	23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33		Tendencia (+) 28 - 35
			Forma de escuchar la clase	34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45		Tendencia (-) 18 - 27
Negativo						

<p>académica en los alumnos de cuarto grado de secundaria del colegio América, Abancay, 2021?</p> <p>2. ¿Qué relación existe entre los hábitos de estudio y la postergación de actividades en los alumnos de cuarto de secundaria del colegio América, Abancay, 2021?</p>	<p>relación que existe entre los hábitos de estudio y la autorregulación académica en los alumnos de cuarto grado de secundaria del colegio América, Abancay, 2021.</p> <p>2. Determinar la relación que existe entre los hábitos de estudio y la postergación de actividades en los alumnos de cuarto de secundaria del colegio América, Abancay, 2021.</p>	<p>1.Si existe relación entre los hábitos de estudio y la autorregulación académica en los alumnos de cuarto grado de secundaria del colegio América, Abancay, 2021.</p> <p>2. Si existe relación entre los hábitos de estudio y la postergación de actividades en los alumnos de cuarto de secundaria del colegio América, Abancay, 2021.</p>	Acompañamiento al estudio	47, 48, 49, 50, 51, 52, 53		09 – 17
						Muy Negativo.
						0 – 08
<b>Variable 2: Procrastinación académica</b>						
			<b>Dimensiones</b>	<b>Ítems</b>	<b>Escala de medición</b>	<b>Rangos</b>
			Autorregulación académica	2, 3, 4, 5, 6, 10, 11, 12	Escala de procrastinación académica (EPA) de (Busko, 1998) adaptada por Domínguez Villegas y Centeno (2014). N= Nunca CN =Casi nunca AV =A veces CS=Casi siempre S= Siempre	Alto (más de 62) Medio (37-62) Bajo (hasta 36)
			Postergación de actividades	1, 7, 8, 9.		

**Anexo 2:** Tabla de operacionalización de las variables

<b>MATRIZ OPERACIONAL</b>						
<b>Variables</b>	<b>Definición conceptual</b>	<b>Definición operacional</b>	<b>Variables e indicadores</b>			
			<b>Dimensiones</b>	<b>Ítems</b>	<b>Escala de medición</b>	<b>Rangos</b>
Hábitos de estudio	Los hábitos de estudio son considerados elementos necesarios en el transcurso de la formación académica, al asumir que los estudiantes realizan destrezas para el estudio que	El cuestionario de hábitos de estudio este compuesto por 53 ítems, distribuidos en 5 dimensiones: como estudia usted, como hace sus tareas, como prepara sus exámenes, como escucha las clases, que acompaña sus momentos de estudio,	Forma de estudio	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12	Cuestionario de hábitos de estudios CASM 85-revisión 2005 (Luis Vicuña 1998)  S= Siempre CN= Casi nunca	Muy Positivo 44 - 53
			Resolución de tareas	13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22		Positivo 36 - 43
			Preparación de exámenes	23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33		Tendencia (+) 28 - 35
			Forma de escuchar la clase	34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45		Tendencia (-) 18 - 27
			Acompañamiento al estudio	47, 48, 49, 50, 51, 52, 53		Negativo 09 - 17

	<p>les proporcionan su desarrollo académico; pero varios los casos en los que se muestran dificultades y esto puede originar ausentismo o, incluso, la deserción. (Castillo, 2015)</p>					<p>Muy Negativo.</p> <p>0 – 08</p>
<p>Procrastinación académica</p>	<p>Es un hábito irracional de aplazar el desarrollo de actividades que se relaciona con</p>	<p>La escala de procrastinación académica está compuesta por dos dimensiones: Autorregulación académica y postergación de actividades. Está compuesta por 12 ítems, la dimensión de</p>	<p>Autorregulación académica</p>	<p>2,3,4,5,6,10,11,12</p>	<p>Escala de procrastinación académica (EPA) de (Busko, 1998) adaptada por Domínguez Villegas y Centeno (2014).</p>	<p>Alto (más de 62)</p> <p>Medio (37-62)</p>

	<p>tareas académicas considerado por el estudiante como primordiales, donde tiene la capacidad de hacerlo, pero este pospone sin que existe una razón. (Natividad, 2014)</p>	<p>autorregulación académica tiene 12 ítems y la dimensión postergación de actividades 4 ítems.</p>	<p>Postergación de actividades</p>	<p>1, 7, 8, 9.</p>	<p>N= CN =Casi AV =A CS=Casi S= Siempre</p>	<p>Nunca nunca veces siempre</p> <p>Bajo (hasta 36)</p>
--	--	---	------------------------------------	--------------------	---	---

### Anexo 3: Instrumentos de investigación

<b>FICHA TÉCNICA</b>	
<b>Nombre:</b>	Inventario de Hábitos de Hábitos de Estudio CASM – 85. Revisión – 2005.
<b>Autor:</b>	Luis Alberto Vicuña Peri. Año de edición: 1985-revisado 2005
<b>Dimensiones:</b>	I. ¿Cómo estudia Ud.? II. ¿Cómo hace sus tareas? III. ¿Cómo prepara sus exámenes IV? ¿Cómo escucha las clases V. ¿Qué acompaña sus momentos de estudio?
<b>Ámbito de aplicación</b>	Estudiantes del nivel secundario y de los primeros años de educación superior
<b>Administración:</b>	Individual y colectiva
<b>Duración:</b>	15 a 20 minutos (aprox.)
<b>Objetivo:</b>	Medición y diagnóstico de los hábitos de estudio de alumnos de educación secundaria y de los primeros años de la universidad y/o institutos superiores.
<b>Validez:</b>	En un estudio realizado con estudiantes peruanos del norte, centro y sur del país.
<b>Confiabilidad:</b>	Se obtendrá aplicando el método Kuder de Richardson Excel, que utiliza como base la tabulación de datos del pilotaje.
<b>Campo de Aplicación:</b>	Estudiantes del nivel secundario y de los primeros años de educación superior
<b>Aspectos a Evaluar:</b>	El test está constituido por 53 ítems distribuidos en 5 dimensiones que a continuación se detallan I. ¿Cómo estudia Ud.?, constituido por 12 ítems II. ¿Cómo hace sus tareas?, constituido por 10 ítems III. ¿Cómo prepara sus exámenes?, constituido por 11 ítems IV. ¿Cómo escucha las clases?, cuenta con 12 ítems V. ¿Qué acompaña sus momentos de estudio?, incluye 8 ítems
<b>Calificación:</b>	Siempre Nunca Categorías: de 44 -53 Muy Positivo; de 36 -43 Positivo; de 28 – 35 Tendencia (+); de 18 – 27 Tendencia (-); de 09 – 17 Negativo; de 0 – 08 Muy Negativo.

<b>Categorías:</b>	De 44 -53 Muy Positivo; de 36 -43 Positivo; de 28 – 35 Tendencia (+); de 18 – 27 Tendencia (-); de 09 – 17 Negativo; de 0 – 08 Muy Negativo.
--------------------	--

## **INVENTARIO DE HÁBITOS DE ESTUDIO CASM -85 ADAPTACIÓN 2005**

**AUTOR: LUIS VIXUÑA PERI**

**Edad:.....Ciclo:.....Sexo:.....Fecha:...../...../.....**

Lee cuidadosamente cada uno de los enunciados que se presentan en el Inventario y marque con una equis (x), procure contestar no según lo que debiera hacer o hacen sus compañeros, sino de la forma como usted estudia ahora. Por favor no deje ninguna pregunta sin responder, recuerde que no existe respuesta correcta o incorrecta se le agradece mucho su cooperación.



I. ¿Cómo estudia usted?			
ÍTEMS	SIEMPRE	NUNCA	PD
1. Leo todo lo que tengo que estudiar subrayando los puntos más importantes			
2. Subrayo las palabras cuyo significado no sé.			
3. Regreso a los puntos subrayados con el propósito de aclararlo.			
4. Busco de inmediato en el diccionario el significado de las palabras que no se.			
5. Me hago preguntas y me respondo en mi propio lenguaje lo que he comprendido.			
6. Luego escribo en mi propio lenguaje lo que he comprendido.			
7. Doy una leída parte por parte y repito varias veces hasta recitarlo de Memoria.			
8. Trato de memorizar todo lo que estudio.			
9. Repaso lo que he estudiado después de 4 a 8 horas.			
10. Me limito a dar una leída general a todo lo que tengo que estudiar.			
11. Trato de relacionar el tema que estoy estudiando con otros temas ya estudiados.			
12. Estudio sólo para los exámenes.			
<b>TOTAL</b>			

II. ¿Cómo hace sus tareas'			
ÍTEMS	SIEMPRE	NUNCA	PD
13. Leo la pregunta, busco en el libro y escribo la respuesta casi como dice el libro.			
14. Leo la pregunta, busco en el libro, leo todo y luego contesto según como he comprendido.			
15. Las palabras que no entiendo, las escribo como están en el libro, sin averiguar su significado.			
16. Le doy más importancia al orden y presentación del trabajo que a la comprensión del tema.			
17. En mi casa me falta tiempo para terminar con mis tareas, las completo en el colegio preguntando a mis amigos.			
18. Pido ayuda a mis padres u otras personas y dejo que me resuelvan todo o gran parte de la tarea.			
19. Dejo para el último momento la ejecución de mis tareas por eso no las concluyo dentro del tiempo fijado			
20. Empiezo a resolver una tarea, me canso y paso a otra			
21. Cuando no puedo resolver una tarea me da rabia o mucha cólera y ya no lo hago			
22. Cuando tengo varias tareas empiezo por la más difícil y luego voy pasando a las más fáciles			
<b>TOTAL</b>			

III. ¿Cómo prepara usted sus exámenes?			
ÍTEMS	SIEMPRE	NUNCA	PD
23. Estudio por lo menos dos horas todos los días			
24. Espero que se fije fecha de un examen o paso para ponerme a estudiar			
25. Cuando hay paso oral, recién en el salón de clases me pongo a revisar mis apuntes			
26. Me pongo a estudiar el mismo día del examen			
27. Repaso momentos antes del examen			
28. Preparo un plagio por si acaso me olvido del tema.			
29. Confió en que mi compañero me “sople” alguna respuesta en el momento del examen			
30. Confió en mi buena suerte por eso solo estudio aquellos temas que supongo que el profesor preguntara			
31. Cuando tengo dos o más exámenes el mismo día empiezo a estudiar por el tema más difícil y luego el más fácil			
32. Me presento a rendir mis exámenes sin haber concluido con el estudio de todo el tema.			
33. Durante el examen se me confunden los temas, se me olvida lo que he estudiado			
<b>TOTAL</b>			

<b>IV. ¿Cómo escucha usted sus clases?</b>	<b>SIEMPRE</b>	<b>NUNCA</b>	<b>PD</b>
34. Trato de tomar apuntes de todo lo que dice el profesor.			
35. Solo tomo apuntes de las cosas más importantes.			
36. Inmediatamente después de una clase ordeno mis apuntes			
37. Cuando el profesor utiliza alguna palabra que no sé, levanto la mano y pido su significado.			
38. Estoy más atento a las bromas de mis compañeros que a la clase.			
39. Me canso rápidamente y me pongo a hacer otras cosas.			
40. Cuando me aburro me pongo a jugar o a conversar con mi amigo.			
41. Cuando no puedo tomar nota de lo que dice el profesor me aburro y lo dejo todo.			
42. Cuando no entiendo un tema mi mente se pone a pensar soñando despierto.			
43. Mis imaginaciones o fantasías me distraen durante las clases			
44. Durante las clases me distraigo pensando lo que voy a hacer a la salida			
45. Durante las clases me gustaría dormir o tal vez irme de clase.			
<b>TOTAL</b>			

<b>V. ¿Qué acompaña sus momentos de estudio?</b>	<b>SIEMPRE</b>	<b>NUNCA</b>	<b>PD</b>
46. Requiero de música sea del radio o equipo de audio (mp3, mp4)			
47. Requiero la compañía de la TV			
48. Requiero de tranquilidad y de silencio			
49. Requiero de algún alimento que como mientras estudio			
50. Requiero a mi familia: que hablen, ven TV o escuchan música			
51 . Interrupciones por parte de mis padres pidiéndome algún favor			
52. Interrupciones de visitas, amigos que me quitan tiempo			
53. Interrupciones sociales; fiestas, paseos, citas, etc.			
<b>TOTAL</b>			

### FICHA TÉCNICA

<b>Nombre:</b>	Escala de procrastinación académica de Busko (1998), adaptado por Domínguez (2016).
<b>Autor:</b>	Deborah Ann Busko. Año de edición: 1998-revisado 2016
<b>Dimensiones:</b>	Autorregulación académica Postergación de actividades
<b>Ámbito de aplicación</b>	Estudiantes de educación secundaria y de los primeros años de la Universidad y/o institutos superiores
<b>Administración:</b>	Individual y colectiva
<b>Duración:</b>	8 a 12 minutos (aprox.)
<b>Objetivo:</b>	Medición y diagnóstico de la procrastinación académica
<b>Validez:</b>	En un estudio realizado por 717 estudiantes de psicología de una universidad de Lima
<b>Confiabilidad:</b>	Coeficientes $\omega$ (McDonald, 1999) y H (Dominguez-Lara, 2016b; Hancock & Mueller, 2001)
<b>Aspectos a Evaluar:</b>	El test está constituido por 12 ítems distribuidos en 2 dimensiones que a continuación se detallan: 1) Autorregulación académica (9 ítems) 2) Postergación de actividades (3 ítems)
<b>Calificación:</b>	Nunca (1 punto), Pocas veces (2 puntos), A veces (3 puntos), Casi siempre (4 puntos) y Siempre (5 puntos).
<b>Categorías:</b>	Alto (36-60), Medio (25- 35), Bajo (12-24)

## ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA DE BUSKO

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

## Anexo 4: Carta de presentación



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO



"Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia"

Lima, 15 de octubre de 2021

**Carta P. 520-2021-UCV-EPG-SP**

Licenciado en educación  
JULIAN CASAVARDE AGRADA  
Director  
ASOCIACIÓN CIVIL EDUCACIONAL

De mi mayor consideración:

Es grato dirigirme a usted, para presentar a **TAPIA CALLALLI, JUSTA MILAGROS**; identificado(a) con DNI/CE N° 44534061 y código de matrícula N° 7002541805; estudiante del programa de MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA en modalidad semipresencial del semestre 2021-II quien, en el marco de su tesis conducente a la obtención de su grado de MAESTRO(A), se encuentra desarrollando el trabajo de investigación (tesis) titulado:

**HÁBITOS DE ESTUDIO Y PROCRACTINACION ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE CUARTO GRADO DE SECUNDARIA DE LA I.E AMÉRICA - ABANCAY**

En este sentido, solicito a su digna persona facilitar el acceso a nuestro(a) estudiante, a fin que pueda obtener información en la institución que usted representa, siendo nuestro(a) estudiante quien asume el compromiso de alcanzar a su despacho los resultados de este estudio, luego de concluir con el desarrollo del trabajo de investigación (tesis).

Agradeciendo la atención que brinde al presente documento, hago propicia la oportunidad para expresarle los sentimientos de mi mayor consideración.

Atentamente,

**Ruth Angélica Chicana Becerra**  
Coordinadora General de Programas de Posgrado Semipresenciales  
Universidad César Vallejo

Somos la universidad de los  
que quieren salir adelante.



[ucv.edu.pe](http://ucv.edu.pe)



## Anexo 5: Autorización emitida por la institución



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

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

#### Datos Generales

Nombre de la Organización:	RUC:20167990330
ASOCIACIÓN CIVIL EDUCATIVA "AMÉRICA"	
Nombre del Titular o Representante legal:	
Nombres y Apellidos: JULIÁN CASAVARDE AGRADA	DNI: 31008704

#### Consentimiento:

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

Nombre del Trabajo de Investigación	
Hábitos de Estudio y Procrastinación Académica en Estudiantes de Cuarto Grado de Secundaria del Colegio América, Abancay ,2021	
Nombre del Programa Académico:	
Maestría en Psicología Educativa	
Autor: Nombres y Apellidos	DNI:
JUSTA MILAGROS TAPIA CALLALLI	44534061

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



Firma:

JULIÁN CASAVARDE AGRADA  
DIRECTOR GENERAL (e)

Abancay, 08 de febrero del 2022

**(Titular o Representante legal de la Institución)**

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

## Anexo 6: Consentimiento informado

The image shows a Google Forms interface for a consent form. The browser's address bar shows the URL: docs.google.com/forms/d/1ABzyGwja4y7eSMPFQYaxcmUWWjsVtGVWFqHZwMFeOow/edit. The form title is "Inventario de Hábitos de Hábitos de Estudio CASM – 85. Revisión – 2005". The form is currently on "Sección 1 de 6".

**Sección 1 de 6**

### Inventario de Hábitos de Hábitos de Estudio CASM – 85. Revisión – 2005

Consentimiento informado:  
La responsable de la presente investigación brinda la siguiente información con la finalidad de obtener el consentimiento informado y voluntario de los participantes. El objetivo de esta encuesta es la medición y diagnóstico de los hábitos de estudio de alumnos de educación secundaria, con el fin de determinar las dificultades que puedan presentarse a la hora de estudiar. El instrumento consta de 73 ítems, dividida en 5 dimensiones.  
Conociendo esta información se detalla que la participación es voluntaria y se respetará el anonimato de los datos proporcionados para este estudio.

¿Acepta participar en este estudio? \*

- Si acepto participar
- No deseo participar

Después de la sección 1 Ir a la siguiente sección

The taskbar at the bottom shows several open applications: "Carta de presentac...pdf", "Referencias (1).doc", "Referencias.doc", "Inventario de Hábitos...", "Justa Milagros Tapia ...", and "SE PASA POR TURNIT...".

## Anexo 7: Prueba de normalidad

**Tabla 8**

*Prueba de normalidad de Kolmogorov Smirnov*

Variables	Kolmogorov Smirnov		
	Estadístico	gl	Sig.
Hábitos de estudio	.343	40	0.400
Procrastinación académica	.465	40	0.658

Ho: Los datos tienen distribución normal

H1: Los datos no tienen distribución normal

Nivel de significancia = ,05

Regla de decisión. Si p valor < ,05 se rechaza el Ho

Si p valor > ,05 se acepta el Ho

### **Interpretación**

En la tabla 8 se visualiza que al utilizar la prueba de normalidad de Kolmogorov–Smirnov, se obtuvo un valor de 0.400 y un nivel de significación estadística 0.343 para la variable procrastinación académica. Al respecto, se considera que las puntuaciones obtenidas en la variable hábitos de estudio se enmarcan dentro de una distribución NORMAL

En la variable procrastinación académica se obtuvo un coeficiente de 0.465 y un nivel de significación estadística de 0.658, lo que implica que las puntuaciones de tal variable se representan en una distribución NORMAL. Considerándose que ambas variables no cumplen con el criterio de homogeneidad, se determina utilizar una prueba no paramétrica para determinar las correlaciones, en tal caso, el coeficiente PEARSON.