



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA

TESIS

**PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y ANSIEDAD EN
ESTUDIANTES DEL CUARTO Y QUINTO GRADO DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA AJOYANI, PUNO
– 2022**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:
CALIDAD DE VIDA RESILIENCIA Y BIENESTAR
PSICOLÓGICO

PRESENTADO POR:
MANUEL VILLANUEVA TUNI
FÁTIMA JORDANA VILLANUEVA ARENAS

TESIS DESARROLLADA PARA OPTAR EL TÍTULO
PROFESIONAL DE LICENCIADO(A) EN PSICOLOGÍA

DOCENTE ASESOR
DR. NESTOR MARCIAL ALVARADO BRAVO
CÓDIGO ORCID N°0000-0002-1403-6544

CHINCHA, 2023

CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE INVESTIGACIÓN

Chincha, marzo del 2023

Dr. Juana María Marcos Romero**DECANO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD****Presente.** -

De mi especial consideración:

Sirva la presente para saludarlo e informar que los estudiantes: **Manuel Villanueva Tuni y Fátima Villanueva Arenas** de la facultad de Ciencias de la Salud del programa Académico Taller de titulación en Psicología, han cumplido con elaborar su:

PROYECTO DE TESIS

TESIS

Titulada: procrastinación académica y ansiedad en estudiantes del cuarto y quinto grado de la institución educativa

secundaria Ajoyani, puno - 2022

Por lo tanto, queda expedito para continuar con el desarrollo de la Investigación. Estoy remitiendo, juntamente con la presente, los anillados de la investigación, con mi firma en señal de conformidad.

Agradezco por anticipado la atención a la presente, aprovecho la ocasión para expresar los sentimientos de mi especial consideración y deferencia personal.

Cordialmente,



Dr. Nestor Marcial Alvarado Bravo

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1403-6544>

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

Yo, **Manuel Villanueva Tuni** identificado(a) con DNI N° **40797779** Y yo, **Fátima Jordana Villanueva Arenas** identificado(a) con DNI N° **77073584**, en nuestra condición de estudiantes del programa de estudios de **titulación en Psicología**, de la **Facultad de Ciencias de la Salud**, en la Universidad Autónoma de Ica y que habiendo desarrollado la Tesis titulada: **"Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes del cuarto y quinto grado de la institución educativa secundaria Ajoyani, Puno - 2022"**, declaro bajo juramento que:

- a. La investigación realizada es de nuestra autoría.
- b. La tesis no ha cometido falta alguna a las conductas responsables de investigación, por lo que, no se ha cometido plagio, ni autoplagio en su elaboración.
- c. La información presentada en la tesis se ha elaborado respetando las normas de redacción para la citación y referenciación de las fuentes de información consultadas. Así mismo, el estudio no ha sido publicado anteriormente, ni parcial, ni totalmente con fines de obtención de algún grado académico o título profesional.
- d. Los resultados presentados en el estudio, producto de la recopilación de datos son reales, por lo que, los investigadores no han incurrido ni en falsedad, duplicidad, copia o adulteración de estos, ni parcial, ni totalmente.
- e. La investigación cumple con el porcentaje de similitud establecido según la normatividad.

21%


Autorizo a la Universidad Autónoma de Ica, de identificar plagio, autoplagio, falsedad de información o adulteración de estos, se proceda según lo indicado por la normatividad vigente de la universidad, asumiendo las consecuencias o sanciones que se deriven de alguna de estas malas conductas.

Chincha Alta 8 de marzo de 2023



Manuel Villanueva Tuni

DNI N° 407977779



Fátima Jordana Villanueva Arenas

DNI N° 77073584

DEDICATORIA

El presente trabajo de investigación lo estamos dedicamos principalmente a Dios nuestro creador, por otorgarnos vida y salud y brindarnos la fuerza para poder proseguir en este proceso de lograr uno de nuestros anhelos y sueños más deseados.

AGRADECIMIENTO

El agradecimiento principal es para la familia, que soportó nuestras ausencias, nuestros desvelos, pero, sobre todo, los momentos de angustia, desosiego y cólera, que mostramos muchas veces por la frustración de retrasar, la consecución de este objetivo, el agradecimiento también a cada uno los docentes que apoyaron en la realización de este estudio.

RESUMEN

La presente investigación cuyo objetivo es determinar la relación que existe entre la procrastinación académica y la ansiedad en estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno 2022.

Presentando una metodología de estudio de tipo básica, de nivel correlacional y diseño no experimental, la muestra fue 80 estudiantes, quienes respondieron a un cuestionario con variables de caracterización y un instrumento tipo escala de 12 ítems para la variable Procrastinación Académica y de 20 ítems para la variable Ansiedad en estudiantes del cuarto y quinto grado. Los resultados fueron presentados descriptivamente y se utilizó la prueba Rho de Spearman, para la comprobación de las hipótesis.

Los resultados presentan que existe correlación paramétrica de Rho de Spearman entre procrastinación de la dimensión Síntomas afectivos de la ansiedad donde se visualiza el coeficiente de correlación dando un resultado de 0.862 con un p-valor de 0,000. Por lo tanto, existe una correlación positiva muy alta entre procrastinación y la dimensión de síntomas somáticos de la ansiedad. Finalmente se concluye que la procrastinación académica se relaciona de forma significativa muy alta con la ansiedad en los estudiantes, esto, a partir de los resultados del coeficiente de Rho de Spearman, siendo 0.958, con un $p= 0.000$ siendo menor al 0.05. Esto teniendo un significado de una correlación muy alta entre la procrastinación académica y ansiedad en los estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno.

Palabras claves: Procrastinación, procrastinación académica, estudiantes, postergación, auto regulación, ansiedad.

ABSTRAC

This present investigation aims to determine the relationship between academic procrastination and anxiety in fourth and fifth grade students of the Ajoyani Secondary Educational Institution, Puno 2022.

Presenting a basic study methodology, correlational level and non-experimental design, the sample was 80 students, who answered a questionnaire with characterization variables and a 12-item scale instrument for the Academic Procrastination variable and 20 items for the Anxiety variable in fourth and fifth grade students. The results were presented descriptively and Spearman's Rho test was used to verify the hypotheses.

The results were presented descriptively and Spearman's Rho between procrastination of the Affective symptoms of anxiety dimension where the correlation coefficient is displayed giving a result of 0.862 with a p-value of 0.000. Therefore, there is a very high positive correlation between procrastination and the dimension of somatic symptoms of anxiety. Finally, it is concluded that academic procrastination is significantly and very highly related to anxiety in students, this, based on the results of Spearman's Rho coefficient, being 0.958, with a $p= 0.000$ being less than 0.05. This having a meaning of a very high correlation between academic procrastination and anxiety in the students of the Fourth and Fifth grade of the Ajoyani Secondary Educational Institution, Puno.

Keywords: Procrastination, academic procrastination, students, procrastination, self-regulation, anxiety.

ÍNDICE

CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE INVESTIGACIÓN	¡ERROR!
MARCADOR NO DEFINIDO.	
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DE LA INVESTIGACIÓN	
¡ERROR! MARCADOR NO DEFINIDO.	
DEDICATORIA	IV
AGRADECIMIENTO	V
ABSTRAC	VII
ÍNDICE	VIII
ÍNDICE DE TABLAS	X
ÍNDICE DE FIGURAS	X
I. INTRODUCCIÓN	12
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	14
2.1. Descripción del Problema	14
2.2. Pregunta de Investigación General	17
2.3. Preguntas de Investigación Específicas	17
2.4. Objetivo general.	17
2.5. Objetivo específico	17
2.6. Justificación e importancia	17
2.7. Alcances y Limitaciones	21
III. MARCO TEÓRICO	23
3.1. Antecedentes	23
3.2. Bases teóricas	34
IV. METODOLOGÍA	56
4.1. Tipo y Nivel de la Investigación	56
4.2. Diseño de la Investigación	56
4.3. Hipótesis general y específica	57
4.4. Identificación de variables	57
4.5. Matriz de operacionalización de variables	57
4.6. Población – muestra	60
4.7. Técnicas e instrumentos de recolección de información	61
V. RESULTADOS	63
5.1. Presentación de resultados	63

5.2. Interpretación de resultados	65
VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS	69
6.1. Análisis inferencial	69
VII. DISCUSIÓN DE RESULTADOS	72
7.1. Comparación resultados	72
CONCLUSIÓN Y RECOMENDACIONES	74
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	80
ANEXOS	87
ANEXO 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA	87
ANEXO 2: INSTRUMENTO DE MEDICIÓN	89
ANEXO 3: FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN	93
ANEXO 4: BASE DE DATOS	99
ANEXO 5: INFORME DE TURNITIN AL 28% DE SIMILITUD	101
ANEXO 6: EVIDENCIA FOTOGRÁFICA	102

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Niveles de procrastinación en los estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno.	63
Tabla 2. Niveles de ansiedad en los estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno.	64
Tabla 3. Prueba de normalidad.....	¡Error! Marcador no definido.
Tabla 4. Cálculo prueba de normalidad	¡Error! Marcador no definido.
Tabla 5. Correlación entre procrastinación académica y ansiedad. ¡Error! Marcador no definido.	
Tabla 6. Relación entre procrastinación académica y la dimensión síntomas afectivos de la ansiedad en los estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno – 2023.	¡Error! Marcador no definido.
Tabla 7. Relación entre procrastinación académica y la dimensión síntomas somáticos de la ansiedad en los estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno – 2023.	¡Error! Marcador no definido.
Tabla 8. Procrastinación académica y la Ansiedad en los estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno – 2023.....	69
Tabla 9. Procrastinación académica y la dimensión síntomas afectivos de la ansiedad en los estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno – 2023	70
Tabla 10. Procrastinación académica y la dimensión síntomas somáticos de la ansiedad en los estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno – 2023.	71

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Causas de procrastinación	40
Figura 2. Consecuencias de la Procrastinación académica.....	41
Figura 3. Síntomas de la ansiedad	43

Figura 4. Niveles de la ansiedad.....	44
Figura 5. Síntomas usuales de la ansiedad	45
Figura 6. Síntomas afectivos de la ansiedad	46
Figura 7. Síntomas somáticos de la ansiedad	47
Figura 8. Componentes de la ansiedad	50
Figura 9. Grafica sobre los niveles de procrastinación en los estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno.	63
Figura 10. Grafica sobre los niveles de procrastinación en los estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno	64

I. INTRODUCCIÓN

La ansiedad, está presente en los estudiantes de diversos centros de estudio, sean estos de nivel secundario o superior, peor aún, ahora que salimos de una pandemia que nos alejado de los claustros de estudio, muchas investigaciones se han realizado al respecto a nivel nacional e internacional, tratando de establecer estrategias para hacer frente a esta realidad. (Guerra, 2020, p. 10)

En cuanto a la procrastinación hay que mencionar que es un fenómeno que ha acompañado a los estudiantes desde que se ha iniciado el estudio en centros especializados, no obstante, debido a las circunstancias que ahora atravesamos con la tecnología actual, los diversos medios del área de comunicación masificados y, sobre todo, con la creciente amenaza del estrés, ha ido incrementado su presencia tornándose según varios estudios en un problema patológico en estudiantes. (Gil y Serquén, 2016, p. 7)

En el Perú, según diversos estudios realizados, especialmente en el nivel superior, se ha llegado a comprobar que la procrastinación se incrementa generalmente cuando se anuncian los exámenes, sean estos de final de ciclo o bimestre o los conocidos también como parciales, este proceso de procrastinación ha sido relacionado con la ansiedad, la presencia de angustia y procesos de ansiedad en muchos estudiantes, que estando a puertas de las evaluaciones suelen mostrar episodios físicos como psicológicos de afectación. (Córdova y Alarcón, 2019, p. 14)

Un determinado tipo de procrastinación que existe es la académica, tal vez, una de las más difíciles de diagnosticar como un mal psicopatológico, pero, que va en ascenso, más aún ahora que los estudiantes salen de un aislamiento tan complicado. Sobre este tema Schouwenburg (2004) enfatiza de que existen hasta dos tipos de procrastinación de académica: en primer lugar, tenemos la esporádica y en segundo lugar la de tipo crónica. Se entiende también la procrastinación académica del tipo esporádica, que también es denominada como la conducta dilatoria, y que hace énfasis a una conducta puntualizada y relacionada directamente con actividades académicas concretizadas debido a la pésima gestión del tiempo en definitiva

en que incurren. Por el contrario, se entiende a, la procrastinación académica crónica como el hábito o costumbre generalizada de dilatar los tiempos de dedicación a las tareas netamente académicas. Rodríguez y Clariana (2017)

Es necesario tener en cuenta la realización de más estudios para poder brindar ayuda y soporte socioemocional, no solo a estudiantes, sino, a sus familiares, que son los que terminan cargando la angustia de un procrastinador y luego un posible cuadro de ansiedad.

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

2.1. Descripción del Problema

El término procrastinación en la actualidad se suele definir como la actitud de pereza, asimismo para los especialistas en el área de psicología y el ámbito educacional, este es sin duda alguna una seria problemática que a diario se incrementa, comúnmente se puede evidenciar mediante la falta de autocontrol y de correcta organización, que en consecuencia afecta el tema de toma de decisiones y consecuentemente en la mayoría de los casos, los estudios y correspondientes calificaciones.

Es excepcionalmente importante centrarse en la variable procrastinación académica de los estudiantes de secundaria, dado que una de las principales problemáticas que tiene este grupo de estudiantes, es la demora de presentar un trabajo dentro del límite de tiempo predeterminado, lo que implica una alta omnipresencia de procrastinación de las responsabilidades y cumplimiento de fechas (Córdova y Alarcón, 2019, p. 23).

En el entorno de carácter mundial, tomando como mención a la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura y también la entidad UNESCO, ha propiciado diversos estudios para analizar la presencia de la variable procrastinación que se da en todos los ámbitos de la vida, consecuentemente en el ámbito el laboral, en el ámbito familiar, inclusive en el deportivo, como lo demuestra este estudio Zafra et al. (2009). Por lo tanto, el aspecto académico no está ajeno a la presencia de la procrastinación, según estos mismos estudios ésta va en aumento, de forma principal en los países que nos encontramos en vías de desarrollo o tercermundistas, debido a la limitada exigencia y los modelos antiguos que siguen practicándose en el nivel educativo.

A nivel de Latinoamérica diversos estudios de la procrastinación académica se han realizado, no solo demostrando que ésta existe, sino que va en aumento, uno de ellos correlaciona de forma positiva con los factores de ansiedad y el estrés. Con estas investigaciones se puede predecir las conductas de los estudiantes procrastinadores e instituciones como los

Ministerios de Educación de cada país para que se adopten políticas de prevención que puedan enfrentar esta situación que se hace cada día más patente (Casasola, 2022).

A nivel nacional diversos estudios realizados, en especial en Lima Metropolitana demuestran que los estudiantes en diversos ámbitos tienen tendencia a procrastinar a posponer sus actividades académicas y cuando llega el periodo de evaluaciones o cuando se acerca los momentos de la revisión de trabajos, desarrollan periodos de ansiedad, que en muchos casos los orilla a abandonar sus centros de estudio, esta ansiedad, puede además somatizarse, pues los test utilizados refieren problemas físicos, además del tema psicológico (Córdova y Alarcón, 2019).

Las causas que incitan a la procrastinación tienen causas diversas, como lo indica la hipótesis de la forma psicodinámica la cual asevera que la variable procrastinación sería la secuela de circunstancias vividas durante el periodo de la adolescencia; también los factores como la angustia, la forma y el estilo de la vida que se lleva, el nerviosismo, el desasosiego y la reunión de deberes, llevan al aplazamiento de los deberes; el individuo una vez llegado a su adultez es que reincide en estas mentalidades, y también el paso del tiempo es un factor significativo y de relevancia en las situaciones presentadas (Chuquimbalqui et al. 2022).

Por otro lado, la ansiedad en los escolares es un trastorno que ha venido en incremento y también su presencia en el transcurso de los años, especialmente en los que cursan el nivel secundario. A nivel mundial España es el país que más estudios ha realizado al respecto, logrando establecer políticas de preventivas, además aplicar estrategias que puedan ayudar a estudiantes que ya atraviesan esta difícil situación, uno de estos estudios realizados por (Zafra et al. 2009)

A nivel de Latinoamérica, países como Argentina, Brasil y Colombia, son los que más han desarrollado trabajos de investigación como el desarrollado por: Furlan, (2013) en donde se puede apreciar directamente de que los estudiantes presentan episodios aversivos y de bastante ansiedad frente a la presencia de los exámenes educativos correspondientes, sean

estos de finalización de ciclo o parciales, cuando se aplican estas evaluaciones un número considerable de estudiantes, ante el fracaso, deciden abandonar las aulas. Estos trabajos, pueden ayudar a prevenir o adoptar medidas para hacer frente a los episodios de ansiedad.

En tanto en el Perú, a pesar que son pocos los estudios que se han desarrollado, la mayoría de estos concluye que, en comparación con otros países de Latinoamérica, la incidencia de procrastinación y por tanto de ansiedad es alta. Estudios, como el desarrollado por: Querevalú y Echabaudes (2020) han permitido establecer nuevos parámetros de evaluación, especialmente en Centro Educativos de nivel secundario, el MINEDU, por ejemplo, está implementando la evaluación formativa en diversos planteles, a través de este modelo, se pide que las evaluaciones no sean a fin de ciclo, sino, que sean permanentes, que los docentes evalúen de manera constante, de tal manera que no se acumule la carga de trabajo, especialmente a fin de año. Lamentablemente este modelo aún no se aplica en el nivel superior.

Finalmente el presente trabajo pretende determinar la relación que tienen estas dos variable en una región tan distante de la capital como es Puno, pues si bien es cierto, existen muchas investigaciones en Lima capital, en lugares alejados no se efectúan este tipo de trabajos o tienen el rigor científico necesario para ser tomados en cuenta, para establecer políticas preventivas o acciones de soporte, por parte de las diferentes Direcciones a nivel Regional de Educación o las diversas Unidades de Gestión Educativa, pues ya no se puede observar con pasividad la situación que a atraviesan escolares, más aun teniendo en cuenta que salen de una pandemia, donde estuvieron encerrados, ansiosos y expectantes. Los autores de este trabajo esperamos que sea tomado en cuenta.

2.2. Pregunta de Investigación General

¿Cuál es la relación entre procrastinación académica y ansiedad en estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno – 2022?

2.3. Preguntas de Investigación Específicas

- ¿Cuál es la relación entre procrastinación académica y la dimensión síntomas afectivos, de ansiedad en estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno – 2022?
- ¿Cuál es la relación entre procrastinación académica y la dimensión síntomas somáticos, de ansiedad en estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno – 2022?

2.4. Objetivo general.

Determinar la relación entre procrastinación académica y ansiedad en estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno – 2022

2.5. Objetivo específico

- Determinar la relación entre procrastinación académica y la dimensión síntomas afectivos, de ansiedad en estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno – 2022
- Determinar la relación entre procrastinación académica y la dimensión síntomas somáticos, de ansiedad en estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno – 2022

2.6. Justificación e importancia

Justificación

El estudio de la procrastinación en estudiantes de secundaria en Perú es importante por varias razones. En primer lugar, la procrastinación puede tener un impacto significativo en el rendimiento académico de los estudiantes

de secundaria. Los estudiantes que posponen tareas y trabajos escolares pueden experimentar mayores niveles de estrés y ansiedad, lo que puede interferir con su capacidad para aprender y retener información. Además, la procrastinación puede llevar a una falta de cumplimiento de plazos, lo que puede resultar en calificaciones más bajas y una menor probabilidad de obtener admisión a programas universitarios competitivos. En segundo lugar, la procrastinación en estudiantes de secundaria puede tener consecuencias a largo plazo. Los estudiantes que no aprenden a manejar adecuadamente su tiempo y evitar la procrastinación pueden tener dificultades para cumplir con los plazos en la universidad o en su carrera, lo que podría tener consecuencias negativas para su vida profesional.

En tercer lugar, el estudio de la procrastinación en estudiantes de secundaria en Perú puede ayudar a identificar factores de riesgo subyacentes que pueden estar contribuyendo a la procrastinación. Los estudiantes que tienen dificultades para concentrarse, que no tienen suficiente apoyo en casa o que enfrentan problemas emocionales o de salud mental pueden ser más propensos a posponer tareas. Por lo tanto, el estudio de la procrastinación en estudiantes de secundaria en Perú puede ayudar a los educadores y profesionales de la salud a identificar estrategias efectivas para ayudar a los estudiantes a manejar su tiempo de manera más efectiva y evitar la procrastinación. Esto podría incluir la implementación de programas de enseñanza de habilidades de gestión del tiempo y estrategias para reducir el estrés y la ansiedad, así como la identificación de recursos y apoyos adicionales para estudiantes que enfrentan desafíos adicionales. Además, un mayor conocimiento sobre los patrones de procrastinación en estudiantes de secundaria podría permitir una intervención temprana y mejorar su bienestar emocional y académico a largo plazo.

Por lo tanto, si hablamos de la ansiedad, ésta se considera como un trastorno, que se ha tornado muy común en la mayor parte del territorio de Latinoamérica, ésta en su fase crónica es muy peligrosa, pues ha llevado a muchas personas al suicidio o estados patológicos muchos peores. Esta ansiedad puede desencadenarse a partir de la procrastinación, como lo

demuestran diversos estudios desarrollados en el Perú, los estudiantes que padecen este tipo de circunstancias, pocas veces reciben comprensión y ayuda, padres de familia y docentes suelen aplicar correctivos, que en realidad son castigos, algunos muy duros, para tratar de corregir la actitud de sus hijos y estudiantes (Chuquimbalqui et al., 2022).

La procrastinación en estudiantes de secundaria en Perú puede tener varias consecuencias negativas. Algunas de estas consecuencias son: Bajo rendimiento académico: La procrastinación puede llevar a que los estudiantes no completen sus tareas o trabajos escolares a tiempo, lo que puede resultar en una disminución de sus calificaciones y, a su vez, en un bajo rendimiento académico. Estrés y ansiedad: Los estudiantes que posponen tareas pueden experimentar mayores niveles de estrés y ansiedad, ya que sienten la presión de tener que completar las tareas en un plazo más corto. Pérdida de tiempo: La procrastinación puede llevar a una pérdida de tiempo significativa. En lugar de trabajar en sus tareas, los estudiantes pueden distraerse con actividades menos importantes, lo que puede retrasar su progreso. Dificultades para cumplir plazos: Si los estudiantes no aprenden a manejar adecuadamente su tiempo y a evitar la procrastinación, pueden tener dificultades para cumplir con los plazos en la universidad o en su carrera. Falta de autoestima y autoeficacia: La procrastinación puede afectar la autoestima y la autoeficacia de los estudiantes, ya que pueden sentir que no están cumpliendo con sus responsabilidades de manera efectiva. Pérdida de oportunidades: La procrastinación puede llevar a la pérdida de oportunidades, como la admisión a programas universitarios competitivos o la oportunidad de participar en actividades extracurriculares.

En resumen, la procrastinación en estudiantes de secundaria en Perú puede tener una serie de consecuencias negativas que pueden afectar su rendimiento académico, su bienestar emocional y su capacidad para alcanzar sus metas a largo plazo. Por lo tanto, es importante que los estudiantes aprendan a manejar adecuadamente su tiempo y eviten la procrastinación.

Por convenir, se tiene la intencionalidad de identificar la forma de actuar de la variable procrastinación en la población de estudiantes de educación secundaria, dado que a la fecha no se han elaborado estudios en dicha población, dado que estos son estudiantes de entre 11 años a los 16 años por lo general en la educación secundaria, y según investigaciones realizadas predecesoramente se manifiestan con mayor frecuencia, por lo tanto es idóneo percibir si este problema se evidencia antes de la culminación del nivel educativo secundario.

Importancia

En el ámbito teórico principalmente, la presente investigación otorgará información ordenada y sistematizada y de forma actualizada que ha de ser usada en forma referencial, para el planteamiento de futuras investigaciones respecto a nuestras variables de estudio mencionadas.

En el ámbito práctico, la presente investigación planteada ha de tener una suma importancia en nuestra población de estudio, con la finalidad de poder plantear probables soluciones y posteriores estrategias; siendo asimismo de suma utilidad para principalmente los profesionales del rubro de la salud y también otros de responsabilidad académico - educativa, que verdaderamente deseen dar uso a la data recopilada, para la posterior ejecución de los estudios y posteriores proyectos que tengan como intención tratar de mediar en el tema de la investigación planteada.

En el ámbito metodológico, tomando conocimiento que la variable procrastinación es principalmente caracterizada y es formalmente entendida como la predisposición a dejar en el abandono los deberes hasta una fecha próxima, y que la demora se relaciona cada tanto con resultados académicos negativos, esta investigación está enfocada en determinar el nivel y grado de procrastinación presentados en los estudiantes de educación secundaria y su relación con la ansiedad.

En el caso de la variable procrastinación, fue para esta un reacondicionamiento que contiene dos dimensiones, las cuales son la en primer lugar la postergación de actividades y también la autorregulación académica respectiva. La comprensión específica de los puntajes es clara: cuanto mayor es el puntaje, más prominente es la presencia de la conducta

evaluada. Se aportan evidencias de confiabilidad de la escala se realizó en primera instancia la consistencia interior mediante el análisis del coeficiente Alfa de Cronbach.

En el caso de nuestra variable ansiedad, por este medio se realizó una adaptación que tiene como dimensiones: los síntomas afectivos y los síntomas somáticos. En aquellos estudiantes que fueron identificados como procrastinadores, se aplicó un instrumento, para determinar si la ansiedad tiene relación con la procrastinación, evidentemente la población sobre la primera variable disminuyó notablemente.

En el entorno y a nivel social, nuestra presente investigación facilitará en la optimización de las condiciones y formas de la vida futura del individuo, no solamente como estudiante de nivel secundario sino como ser humano en el general en transcurso de toda su vida; esto con la respectiva identificación del deterioro y cansancio emocional y del mismo modo la procrastinación y su relación directa en vinculación con la variable ansiedad. También es importante resaltar que con la aprobación de los directivos responsables del plantel se desarrollaron un proceso de charlas de motivacionales y también soporte socioemocional, para aquellos estudiantes que presentaban conductas aversivas.

2.7. Alcances y Limitaciones

2.7.1. Alcances

En lo referente a los alcances de esta presente investigación, se ha realizado con 80 estudiantes del cuarto y quinto grado o nivel de educación en secundaria estudiantes del colegio José Carlos Mariátegui del distrito perteneciente a Ajoyani. Tenemos que destacar además el apoyo del Área de Psicología de dicho plantel, en especial de su director el maestro Renold Colquehuanca Luque, además del invaluable apoyo de los docentes del área de Tutoría.

2.7.2. Limitaciones

Dentro de las limitaciones más importantes podemos destacar el tamaño de la muestra, pues la intención era aplicar la investigación a la totalidad de estudiantes del nivel secundario, sin embargo, los docentes a

cargo de las áreas fueron muy poco colaborativos para ceder tiempo, pocos accedieron para cumplir esta investigación.

Otra limitación ha sido la falta de seriedad que brindan los estudiantes para la aplicación de instrumentos, muchos de ellos, piensan que se trata de un momento de esparcimiento y no la realización de un trabajo serio que puede ayudar a posteriores generaciones. Para lidiar con esta situación se tuvo que efectuar charlas de motivación a los estudiantes, además de encuentro personales al finalizar las clases, el trabajo fue muy sobrecargado, pues muchos de los integrantes de esta población presentaban ya cuadros de ansiedad y otras psicopatologías, que no han sido diagnosticadas y mucho menos afrontadas, tanto por los estudiantes como sus familiares.

Paralelamente la falta de apoyo de algunos directivos, que desconocen la importancia de este trabajo de investigación, que pusieron trabas para poder acceder al diálogo con los estudiantes o simplemente la forma despectiva del trato hacia los investigadores, marcaron una característica lamentable de esta labor.

Finalmente consideramos como limitante la dentera, que muestran los propios profesionales de psicología que se encuentra a cargo de cada plantel, en vez de brindar apoyo y colaboración en este tipo de actividades, se hacen los desentendidos o muestran recelo, si tan solo estos profesionales con toda la experiencia que tienen por los años de trabajo apoyaran a las nuevas generaciones, la salud mental mejoraría notablemente en el país, pues muchos psicólogos jóvenes pasan muchos años para adquirir verdadera experiencia, este tiempo se recudiría si recibirán apoyo de los más experimentados. Es nuestro punto de vista que compartimos los autores de esta presente investigación realizada.

III. MARCO TEÓRICO

3.1. Antecedentes

3.1.1. Antecedentes internacionales:

Alessio et al. (2019) afirma:

En su investigación titulada: “Ansiedad ante Exámenes y Procrastinación General y Académica en estudiantes universitarios de primer y último año de la carrera”. Tesis para optar la licenciatura en psicopedagogía, Paraná, Argentina. Cuyo objetivo de la investigación describir y comparar los niveles de ansiedad ante exámenes y procrastinación general y académica en estudiantes universitarios. Cuya hipótesis fue la ansiedad ante exámenes se encuentra significativamente más asociada con la procrastinación del tipo académica. Cuyo tipo de investigación es no experimental expofacto, es decir, es un tipo de investigación en la que no se tiene control sobre las variables independientes porque ya ocurrieron los hechos; se observan situaciones ya existentes. A su vez es un estudio de tipo descriptivo – correlacional. Se utilizaron los siguientes instrumentos: Adaptación Argentina del Inventario Alemán de Ansiedad ante los Exámenes (GTAI-AR), Escala de Procrastinación General (EPG), Escala Argentina de Procrastinación Académica adaptada a la población (ATPS). Los resultados obtenidos demuestran que los niveles de ansiedad ante exámenes, procrastinación general y procrastinación académica son mayores en los estudiantes del primer año de la carrera, con una diferencia de entre 5 o 6 puntos (p.6)

González y Afanador (2018), menciona que:

El título es: “Procrastinación académica, autorregulación del aprendizaje y ansiedad en estudiantes de recién ingreso a comunidades” Tesis para optar al título de Magister en

Psicología Comunitaria. El objetivo de la investigación fue determinar la existencia de relación entre la procrastinación académica, autorregulación del aprendizaje y ansiedad en estudiantes de recién ingreso a comunidades universitarias. La hipótesis fue: existe relación entre la procrastinación académica, autorregulación del aprendizaje y ansiedad en estudiantes de recién ingreso a comunidades universitarias. La muestra fue de 407 sujetos de los cuales 253 eran mujeres y 154 varones pertenecientes a 12 comunidades universitarias de educación presencial. Los resultados de la investigación indica la prevalencia de la procrastinación académica en población universitaria, haciendo alusión entre el 80% y 95% de los educandos universitarios presentan conductas dilatorias en algún instante, el 75 % se considera procrastinador y el 50% aplazan continuamente los estudios, se evidenció correlación positiva entre la ansiedad y la procrastinación académica, la ansiedad rasgo presento mayor asociación con la procrastinación académica (p.7)

Mora (2018), afirma que:

Realizó la investigación en Colombia: Evaluación de una tarea de descuento temporal en estudiantes de la facultad de ciencias humanas que se encuentran en situación de rezago académico y presentan procrastinación académica tesis para obtener el grado de magister en Psicología, el objetivo fue identificar diferencias en las puntuaciones de la tasa de descuento temporal entre los estudiantes universitarios que tuvieran mayor o menor tendencia a la procrastinación académica y porcentajes de rezago académico definidas, el tipo de investigación, el tipo de investigación es no experimental y su diseño es correlacional, la población fue de 266 estudiantes de las carreras de Psicología, Sociología, Trabajo Social y Antropología, los instrumentos utilizados fueron la adaptación argentina de la

Escala de Procrastinación Académica de Tuckman, luego se aplicó una tarea de descuento temporal de 70 ensayos, utilizando recompensas monetarias hipotéticas, los resultados mostraron que la procrastinación disminuye con la edad. Además, el índice de procrastinación no se relacionó con el rezago académico, pero esta última variable sí se relacionó con la variable trabajar (p.6)

Ramos et al. (2018), nos manifiestan que:

Realizan el estudio denominado: Procrastinación, adicción al internet y rendimiento académico de estudiantes universitarios ecuatorianos, como parte de sus estudios pedagógicos, Para ello se empleó la metodología mixta de dos periodos. En la primera, se realizó un diseño cuantitativo, no experimental, transversal y de alcance correlacional. El desenlace indica que, la procrastinación tiene una conexión con la adicción al internet y que los estudiantes con alto rendimiento académico, exteriorizan un menor comportamiento procrastinador a diferencia de universitarios con una productividad académico inferior. En la etapa cualitativa se hallaron narrativas coligadas a la crianza recibida, experiencias pasadas contundentes, uso de funciones cognitivas, uso de las herramientas tecnológicas y otras categorías. En cuanto a la población en la fase cuantitativa participaron 250 estudiantes universitarios de Quito-Ecuador, 135 hombres (54%) y 115 mujeres (46%), entre 17 y 31 años de edad ($M=21,17$, $DE=2,24$). Los participantes fueron reclutados de las carreras de Psicología, Ingeniería industrial, Diseño gráfico, Arquitectura y Administración de Empresas, pertenecientes a dos universidades privadas de Quito, Ecuador. El nivel socio económico de los participantes fue medio y alto. El tipo de muestreo fue no probabilístico. Se utilizaron tres instrumentos. El primero fue la Escala de Adicción a Internet (EAIL) de Lam-Figueroa et al. (2011), que valora características

sintomatológicas y disfuncionales relacionadas al excesivo uso del internet. El segundo instrumento fue la Escala de Procrastinación de Álvarez (2010), que valora la tendencia de los estudiantes a posponer o retrasar la finalización de sus responsabilidades (p.4)

Buitrón y Gabriela (2020), mencionan que:

Efectuaron una investigación denominada: La impulsividad y la procrastinación relacionadas con el rendimiento académico de estudiantes universitarios, Tesis para optar el grado de Psicólogo, el objetivo determinar la relación entre impulsividad, procrastinación y rendimiento académico en estudiantes universitarios, detectar el nivel de impulsividad predominante, identificar la relación entre procrastinación y rendimiento académico y definir la impulsividad según el género, el presente estudio es de enfoque cuantitativo con un alcance de tipo descriptivo y correlacional de corte transversal, se aplicó la Escala de Impulsividad de Barratt (BIS 11), la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y se usó el promedio del rendimiento académico a 43 estudiantes pertenecientes a los semestres cuarto y séptimo del actual ciclo académico de la carrera de psicología clínica de la Universidad Técnica de Ambato, con un rango de edad entre 19 a 25 años que fueron seleccionados mediante criterios de inclusión y exclusión, sobre los resultados: La impulsividad, con mayores datos en nivel medio, es la cognitiva, seguida de la motora y no planeada con resultados similares. Los resultados entre procrastinación y rendimiento académico no reflejan una relación significativa debido a que en ambas variables los resultantes están en niveles medios (p.12)

Gálvez (2020), menciona que:

Desarrolló la investigación denominada: Relación entre Procrastinación Académica y Ansiedad-Rasgo, en estudiantes

de 6to Semestre de la Licenciatura de Psicología en UDELAS, sede Panamá, tesis para optar el título de licenciado en Psicología, el objetivo fue conocer la relación entre la procrastinación académica y la ansiedad rasgo y elaborar una propuesta de intervención que permita la regulación de los mismos, el tipo de diseño es no experimental, no se realizó manipulación de las variables de estudio. Así mismo, esta investigación es transversal, porque se intervino una sola vez en la línea de tiempo, con el propósito de describir las variables del estudio, la población seleccionada para esta investigación son los estudiantes de 6to semestre de la licenciatura de psicología de UDELAS, sede Panamá. Se utilizaron dos instrumentos, estos son la escala de procrastinación académica (EPA) adaptada por Óscar Álvarez (2010), y el inventario auto descriptivo de ansiedad rasgo (IDARE) por (Gorsuch , Lushene, y Spielberger, 1970), Los resultados nos muestran que en la gráfica N°3 los alumnos obtuvieron una correlación positiva muy baja de 0.17 entre los componentes de postergación de actividades y la presencia de ansiedad; es decir, que ambas variables aumentan o disminuyen simultáneamente (p.5)

Aguay y Villavicencio (2022), nos aducen que:

En su estudio denominado: Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes. Instituto Superior Tecnológico Japón. Santo Domingo de los Tsáchilas, 2021 para optar el título de Psicología Clínica, tuvo como objetivo de analizar la procrastinación académica y ansiedad en estudiantes del Instituto Superior Tecnológico Japón, el estudio fue de tipo bibliográfico y de campo, nivel descriptivo, diseño transversal y no experimental. La población estuvo conformada por 400 estudiantes del Centro de Idiomas de dicha institución, se extrajo una muestra probabilística de 197 estudiantes, cuyas edades oscilan entre los 18 a 28 años. Para la recolección de datos se

utilizaron como instrumentos los siguientes reactivos psicológicos: Escala de Procrastinación académica y Escala de Autoevaluación de la Ansiedad de Zung. Entre los resultados más relevantes, se logró identificar que el 54,32% de los estudiantes presentan un nivel alto de procrastinación académica, de estos el 37,06% son hombres y el 17,26% son mujeres; referente a las dimensiones: en “autorregulación académica”, se obtuvo que el 43,15% presenta un nivel bajo y en “postergación de actividades”, un 56,35% presenta un nivel alto. En lo que respecta a los niveles de ansiedad, se evidenció que el 53,81% de los estudiantes presentan un nivel mínimo a moderado, de los cuales el 28,43% son hombres y el 25,38% son mujeres (p.12)

Cevallos (2019), nos afirma que:

En su investigación: Relación entre la edad, año escolar y procrastinación académica en una muestra de adolescentes de una institución educativa en la ciudad de Salcedo Ecuador, tesis para obtener el grado de título de Psicólogo Clínico, El estudio fue cuantitativo, correlacional con un diseño no experimental de corte transversal, por medio de la Escala de Procrastinación Académica (EPA). Participaron 210 estudiantes de secundaria (44,3% hombres y 55% mujeres), entre 11 y 17 años, que cursan del octavo año de educación general básica hasta el tercer año de bachillerato. Como resultados se encontró que existe correlación positiva media entre la edad y el año escolar con la procrastinación académica. A su vez no se encuentran diferencias estadísticamente significativas al comparar la procrastinación académica con el género (masculino y femenino) y lugar de residencia (urbano y rural). En conclusión, el año escolar y la edad son aspectos determinantes en la procrastinación académica (p.6)

3.1.2. Antecedentes Nacionales:

Chura et al. (2021), nos manifiesta que:

En su investigación titulada: Procrastinación académica: un estudio descriptivo con estudiantes de secundaria. Artículo científico. Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann, Tacna, Perú El objetivo del estudio fue identificar el nivel de procrastinación académica de los estudiantes de educación secundaria de Tacna en la educación a distancia. La hipótesis El enfoque fue cuantitativo, con diseño no experimental y tipo descriptivo-transversal. La muestra estuvo constituida por 338 estudiantes de secundaria. El instrumento empleado fue la “Escala de Procrastinación Académica (EPA)” con adecuados índices de validez y confiabilidad. Los resultados muestran que, en la postergación de actividades, la mayoría de estudiantes presenta un nivel promedio (54 %) y en la autorregulación académica es alto (49.70%), pero una cuarta parte mostró bajos niveles (24.85). Se concluyó que no predomina un alto nivel de procrastinación en los estudiantes, pero sí existen diferencias significativas entre las variables sociodemográficas (p.1)

Amoretti, (2018), nos afirma que:

En su investigación titulada: Ansiedad frente a exámenes y afrontamiento de estrés en adolescentes de un centro educativo de villa el salvador. Tesis para optar la licenciatura en psicología. El objetivo de la investigación es encontrar la relación ansiedad frente a exámenes y afrontamiento de estrés en un centro educativo. La hipótesis es afirmar que existen diferencias significativas en la relación de los niveles de afrontamiento del estrés y ansiedad frente a los exámenes en adolescentes de un centro educativo de villa El Salvador. Los participantes fueron 326 estudiantes, cuyas edades oscilaban entre 12 y 18 años, para la finalidad del estudio se utilizó el tipo de investigación descriptivo correlacional. Se utilizaron los siguientes instrumentos; Inventario de Autoevaluación Frente a los

Exámenes (IDASE) de Bauemeister, Collazo y Spielberger, así como, la Escala de Afrontamiento para Adolescentes de Aliaga. Los resultados evidenciaron que hay relación altamente significativa ($r = -0.205^{**}$, $p < 0.01$) entre las variables del estudio, en los resultados se observa que los datos de la variable ansiedad frente a exámenes reflejan que alcanzaron un nivel promedio (Pd. 41.06), Siendo el área preocupación el puntaje más alto (Pd. 12.09), seguido de emocionalidad con (Pd. 11.59) (p.4)

Chigne (2018), manifiesta que:

En la investigación titulada: Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes de una universidad nacional de Lima Metropolitana, 2018. Su objetivo fue estudiar la relación entre autoeficacia y procrastinación académica, desde la metodología cuantitativa. Aplicó la Escala de Autoeficacia y la Escala de Procrastinación Académica a 160 estudiantes de una universidad nacional de Lima y concluyó que, a mayores índices de autoeficacia, menores son los niveles de procrastinación académica. La conclusión obtenida proveniente del estudio determinó que existe una correlación significativa baja entre ambas, teniendo un coeficiente correlación de Spearman de $-0,321$. Lo que demuestra la presencia de una relación inversa y significativa ($p = 0,00$). Con grado de relación bajo entre la autoeficacia y la procrastinación. Entonces, se puede interferir que, a mayor nivel de autoeficacia, menor es el nivel de la procrastinación académica (p.13)

Medrano (2017), manifiesta que:

Se efectuó la investigación "Procrastinación académica y estrés académico en estudiantes de una Universidad Pública de Lima, tesis para optar el grado de Magister, el objetivo general de la presente investigación fue determinar la relación entre procrastinación académico y estrés académico, el presente

estudio es de tipo aplicado, enfoque cuantitativo, diseño no experimental, transversal y de alcance correlacional. La muestra de la investigación es de 112 estuvo comprendida por los estudiantes de pregrado de la Universidad Nacional Federico Villarreal de la especialidad de optometría, los cuales fueron obtenidos de manera no probabilística. El instrumento de recolección de datos utilizado para la variable procrastinación académica fue Procrastination Assessment Scale- Students (PASS) modificado y para la variable estrés académico. El resultado del estudio indica la existencia de correlación directa baja, entre procrastinación académica y estrés académico. (p.10)

Mamani (2021), aduce que:

Efectuó un estudio denominado “Procrastinación académica y logros de aprendizaje en el área de comunicación en estudiantes del sexto grado de la institución educativa primaria 70394 Pucará” tesis para optar el título profesional, el tipo de investigación es de enfoque cuantitativo, el Nivel de esta investigación es de tipo correlacional y el diseño de esta investigación es de tipo no experimental, se trabajó con una muestra de 17 estudiantes de sexto grado de la Institución Educativa primaria 70394, se utilizó la técnica la encuesta, y como instrumento el cuestionario para la primera variable y Para la segunda variable se utilizará informe documental registro de notas de la primera unidad, se llegó a los siguientes resultados: Existe relación directa alta, entre la autorregulación académica y los logros de aprendizaje, Existe relación inversa alta, entre la postergación de actividades y los logros de aprendizaje, Existe relación inversa alta, entre la postergación de actividades y los logros de aprendizaje, 15 estudiantes que representa el 82.35% tuvieron un nivel de procrastinación académica alta en el área de comunicación y 11 estudiantes que representa el 64.71% tuvieron un logro previsto (p.6)

Polo (2022), afirma que:

Realizó un estudio denominado: Procrastinación y estrés académico en estudiantes universitarios. Tuvo como objetivo determinar la relación entre procrastinación y estrés académico en estudiantes universitarios, con una metodología cuantitativa, de tipo básica, de corte transversal, de nivel correlacional, en una muestra de 105 estudiantes universitarios entre varones y mujeres, para lo cual se utilizó como instrumentos para la recolección de datos la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y El Inventario de Estrés Académico (SISCO), hallando como resultado que la procrastinación y el estrés académico presentan una correlación positiva, de fuerza baja y tamaño de efecto pequeño. En los resultados descriptivos se halló que el 54.3% presenta procrastinación en un nivel medio y el 82,9% presenta estrés académico en un nivel medio; concluyendo de esta manera, que la procrastinación se relaciona con el estrés académico, es decir, a mayor procrastinación, mayor estrés académico y viceversa, sin embargo, existen otros factores que afectan los resultados (p.7)

Chacaltana (2018), manifiesta que:

Realizó el estudio: Relación entre la procrastinación académica, el bienestar psicológico y la adaptación universitaria, siguiendo un método cuantitativo, con diseño correlacional transversal. Administró la Escala de Procrastinación Académica de Busko y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff a 170 universitarios de Ica, donde la mayoría fueron mujeres. Este estudio es de nivel descriptivo, de tipo sustantivo y diseño correlacional causal. Se utilizaron como instrumentos de recolección de datos: La Escala de procrastinación académica de Busko, el Cuestionario de Vivencias académicas (QVA-R) y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff. Los resultados evidenciaron que existe una relación estadísticamente significativa entre la

procrastinación académica, la adaptación universitaria y el bienestar psicológico. Se concluye que la adaptación al estudio, la adaptación personal (factores de la adaptación universitaria), el crecimiento personal, la madurez personal y la autoaceptación (factores del bienestar psicológico), son factores predictivos de la procrastinación académica (p.4)

Carrión (2021), afirma que:

Realizó la tesis titulada: Procrastinación laboral y ansiedad en los trabajadores de la red asistencial Puno - Essalud en tiempos de covid 19, para obtener el título profesional de Psicólogo, el estudio tiene como finalidad, conocer la relación entre ansiedad y procrastinación laboral en el contexto de pandemia por COVID 19 en los trabajadores de la Red Asistencial Puno – EsSalud. Es una investigación básica por lo que su objetivo principal es ampliar los conocimientos; el diseño es no experimental de corte transversal, el método corresponde al deductivo, usándose la observación y la administración de dos pruebas psicológicas; por la modalidad de recolección de datos la presente investigación es de tipo cuantitativa. En los principales resultados obtenidos, se apreció que el 40.2% de los trabajadores presentan altos niveles en la tendencia a procrastinar y el 43.8% presentan ansiedad alta. Lo cual es relevante tratándose de una institución de salud del estado (p.11)

Tapia y Miranda (2021), manifiestan que:

En su trabajo titulado: Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de 4to grado de secundaria de la I.E.S J.E.C. Micaela Bastidas Chuquibambilla-Grau Apurímac, 2021. Tesis para obtener el título profesional de psicología. El objetivo del su trabajo fue determinar la relación que existe entre la procrastinación académica y ansiedad en los estudiantes de 4to grado de secundaria de la I.E.S. J.E.C. Micaela Bastidas

Chuquibambilla Grau Apurímac. Tuvo un enfoque de estudio de nivel descriptivo-correlacional con una metodología de tipo básica- sustantivo. Los instrumentos utilizados fueron “Escala de Procrastinación Académica (EPA)” y una prueba denominada “inventario de ansiedad Rasgo-Estado (IDARE)”. Con una muestra conformada por 53 estudiantes del 4to grado de secundaria de la I.E.S. J.E.C Micaela Bastidas de Chuquibambilla- Grau – Apurímac. Teniendo como resultados, que la procrastinación académica se relaciona de forma positiva moderada y significativa con la ansiedad de los estudiantes (p.4)

3.2. Bases teóricas

3.2.1. Procrastinación

Teoría Motivacional de McClelland

Este modelo fue propuesto por McClelland, según este estudioso, el ser humano presenta motivación en todas las actividades o acciones que realiza a lo largo de su vida, el objetivo es lograr el éxito en las diversas situaciones que enfrenta según McClelland los seres humanos se enfrentan de manera constante a dos posiciones: siendo la primera la motivación que engendra el deseo obtener éxito o lograr algo que se le presenta como reto, en tanto la segunda propuesta es el temor que representa el fracaso y la frustración que conlleva esta situación. Ambas propuestas son motivadoras para los individuos, la primera involucra al individuo en el alcance objetivos, en tanto que otra, aunque se presenta como negativa, busca también el rechazo al fracaso (Giraldo et al., 2010, p. 5).

Nuestra interacción está guiada por la motivación, ésta termina moviendo a las personas a comportarse de una manera determinada, al pensamiento, y el sentir de manera especial como lo realizan, de esta manera siendo este nivel de comportamiento parco, intenso, regularmente activo, difuso, y también dirigido y sostenido respectivamente. Al final nuestra propia vida termina siendo según la motivación que se tenga para una actividad, por lo que le otorgaron al tema motivacional un respectivo énfasis de necesidad individual según: Alvarez (2012).

De lo anteriormente mencionado, se aduce que cuando en una persona el miedo a fracasar, llega a rebasar la mínima esperanza de obtener un pronto éxito rotundo, el individuo tiene tendencia a seleccionar actividades o procesos, cuyas posibilidades de éxito surtan mucho mayores, en consecuencia, pospone y evita aquellas actividades las cuales son de mayor complicación donde la posibilidad de fracaso es mucho más alta.

Teoría de la motivación temporal

Según este respectivo medio teórico se entiende que la motivación aumenta cuando los seres humanos tienen una meta, un objetivo que alcanzar, una expectativa que puede alcanzar, sea esta de carácter personal o grupal familiar, y en cuanto obtiene el grado de confianza y como consecuencia percibir el regalo o recompensa que anhela, en este caso podría asignársele el término de valor, el individuo procura adquiere motivación. No obstante, ésta declina, disminuye notablemente cuando hay retraso entre la actividad y la recompensa o el resultado, un ejemplo tangible es el siguiente: un estudiante a quien se le asignó un trabajo, puede ser este universitario o de centro de estudios secundario, pero que tiene que entregarlo dentro de una mes y ese mismo día su equipo favorito de futbol juega, prefiere dejar de lado el trabajo, pues la recompensa de apreciar el partido es de inmediato, por eso retrasará de manera permanente el cumplimiento del deber por la satisfacción inmediata, Borda (2019).

Según Borda (2019), este autor se ha puesto de objetivo unir las diversas teorías basadas en las recompensas y los castigos (llamados motivación), y con la variable motivación de evitar la aversión a las actividades propuestas (llamada como regulación emocional). Se entiende que la regulación de nivel emocional se da de dos formas, con respecto a la primera es la motivación para poder actuar (llamadas recompensas y castigos) y la siguiente, se trata de la motivación para eludir (originaria de la aversión a la tarea o actividad asignada). Desde estas dos posturas se puede lograr entender a todo el proceso de la procrastinación en su conjunto, dado que no llegaron a capturar el efecto persuasivo de la demora.

En el ámbito educativo una buena recomendación, entendiendo esta teoría podría ser, que los plazos para la entrega de un trabajo se reduzcan o que se coloquen revisiones periódicas, en cada sesión o cada clase, en donde el facilitador pueda ir verificando el avance de la tarea encomendada.

Teoría de la psicodinámica

La perspectiva que se tiene de la psicodinámica aduce que la procrastinación es el no cumplimiento de tareas primordiales y esenciales, que generan una enorme tristeza y angustia, y son brindados como alertas que amenazan. De forma inconscientemente, y se iniciarían a emplear diversos artificios de defensa, para poder aminorar todo malestar y evadir dichas tareas y actividades (Barnes y Steel, 2009, p.19).

Atalaya y García (2020), señalan que el término procrastinación deslumbra cuando el individuo reconoce las consecuencias de su postergación y genera ansiedad al tomar conciencia que sus actitudes originarán algunas consecuencias adversas; el individuo evitará ser reprimido; el incremento de las actividades de las tareas académicas, las fechas limitantes, y las responsabilidades de actividades en el hogar, llegan a determinar una diferencia notable en los grados de ansiedad de los menores escolares, y estos terminarían posponiendo sus actividades programadas.

Angarita (2012), menciona que el significado de procrastinación es el resultado de un conjunto de formas de haber criado al individuo. También en la etapa de adolescencia, se brinda la conceptualización de que el tiempo transcurre muy rápidamente, conjuntamente con la integridad de los cambios a nivel físicos; los cuales originan una percepción de que nada puede resarcirse. De esta manera las sensaciones, adicionalmente a la tendencia a idear el futuro, y el temor a la etapa de maduración, llevan consigo al adolescente a llegar al estado de procrastinar. Por ejemplo, un joven, a los 20 años en promedio, esta perspectiva se reemplazaría por el ideal de que el tiempo es no suficiente para poder llegar a los objetivos propuestos, las oportunidades brindadas son únicas y se estarían acabándose, originando

mayores grados de ansiedad; y esto origina una conducta que tiende a procrastinar, y se puede transformar en una conducta muy repetida hasta la vejez si esta no se corrige a su debido tiempo.

Modelo Conductual

Quant y Sánchez (2012), proponen un modelo conductual, éste muestra que una conducta perdura en el tiempo cuando es de forma repetitiva y sucesiva, y perdura por sus atribuciones de recompensas y regalos; por lo tanto, debido a este modelo, la variable procrastinación es el desarrollo práctico que realiza el individuo al desarrollar actividades que involucren el estado de satisfacción en el corto plazo; dado que, los estudiantes abandonen el desarrollar sus tareas académicas dado que implica un logro de objetivos en el largo plazo, tal y como lo estableció y determinó a través de su teoría, de esta forma se involucran en gran medida los castigos y las recompensas dadas, ambas consideraciones establecerán en el sujeto un comportamiento oportuna frente a alguna tarea designada, además, el presente modelo afirma que la variable procrastinación es dejar de lado las actividades y tareas que son menos atractivas o afines.

Dimensiones de la procrastinación académica

Garzón (2018), menciona que la procrastinación académica puede tener varias dimensiones, entre ellas: Temporal: posponer las tareas académicas hasta el último momento. Emocional: sentir ansiedad, estrés, temor o frustración frente a las tareas académicas, lo que lleva a evitarlas. Conductual: realizar tareas que no son prioritarias o importantes en lugar de las tareas académicas. Racionalización: justificar la procrastinación con excusas, como decir que no se tiene tiempo o que se necesita un descanso. Distracción: distraerse fácilmente con actividades que no están relacionadas con las tareas académicas, como navegar por internet, ver televisión, jugar videojuegos, entre otros. Perfeccionismo: posponer las tareas académicas debido a la preocupación por hacerlas perfectas. Falta de motivación: falta de interés o motivación por las tareas académicas. Es importante reconocer estas dimensiones para poder abordar y superar la procrastinación académica de manera efectiva

Postergación de actividades

La postergación de actividades se refiere a la tendencia a aplazar o retrasar la realización de tareas o actividades que deben ser completadas en un momento determinado. Es decir, se trata de posponer algo que debería hacerse en el presente para hacerlo en el futuro, ya sea porque se considera que no es una tarea agradable, porque se siente ansiedad o porque se cree que no se tiene el tiempo suficiente para hacerla. La postergación de actividades es uno de los síntomas más comunes de la procrastinación y puede tener efectos negativos en la vida académica, profesional y personal. Si se posterga la realización de tareas importantes, se corre el riesgo de que se acumulen y se conviertan en una carga emocional y cognitiva que dificulta la realización de otras actividades. Es importante aprender a identificar y superar la postergación de actividades para poder ser más efectivos y productivos en nuestro día a día, Garzón (2018).

Autorregulación de actividades

La autorregulación de actividades se refiere a la capacidad de controlar y regular nuestros pensamientos, emociones y comportamientos para poder cumplir con nuestras metas y objetivos. En el contexto de la procrastinación, la autorregulación de actividades implica tener la capacidad de reconocer cuando estamos posponiendo tareas importantes y tomar medidas para superar la tendencia a procrastinar. La autorregulación de actividades puede incluir habilidades como la planificación y organización, la gestión del tiempo, la toma de decisiones, la motivación y la autodisciplina. Al desarrollar estas habilidades, podemos identificar los obstáculos que nos impiden cumplir con nuestras responsabilidades académicas y tomar medidas para superarlos.

Por ejemplo, una persona que tiene dificultades para mantenerse concentrada en una tarea académica puede aprender estrategias de gestión del tiempo para dividir la tarea en pequeñas partes y programar descansos regulares. Otra persona que se siente abrumada por la cantidad de tareas pendientes puede utilizar técnicas de planificación y organización para establecer prioridades y hacer una lista de tareas por orden de importancia. La autorregulación de actividades es esencial para superar la procrastinación

y alcanzar nuestras metas académicas. Al aprender a regular nuestras emociones y comportamientos, podemos desarrollar la disciplina y la motivación necesarias para completar nuestras tareas de manera efectiva y eficiente, Córdova-Torres y Alarcón (2019).

Tipos de procrastinación:

Existen dos tipos de conceptos relacionados a la procrastinación: General y Académica, que se describirán a continuación.

Procrastinación Académica

Se entiende por la procrastinación académica es aquella que se entienden como la prórroga de las actividades escolares, aunque también es muy frecuente en la educación de nivel superior. Debido a los estragos que causa la pandemia generada por la COVID-19, se ha incrementado de manera notable en países latinoamericanos. También cabe resaltar que es un fenómeno multifacético con singularidad, que involucrar factores de orden afectivo, conductual y cognitivo (Garzón y Gil, 2016, p.23)

Según Chan (2011), la procrastinación es la extravagancia de toma de las decisiones del sujeto y de la determinación de los conflictos, todo esto durante el proceso de decidir si se culminan las responsabilidades académicas o satisfacen las necesidades creadas del momento insitu.

Los autores de este estudio consideramos que el modelo presentado por Garzón y Gil (2016), es el que asume de manera pertinente el análisis de la procrastinación académica.

Procrastinación General

Se entiende por procrastinación al mismo hecho de postergar una tarea poco satisfactoria que origina un malestar subjetivo; de la misma manera, este tipo de procrastinación es renombrado por la preferencia de entablar relaciones sociales satisfactorias. Dado que, el sujeto procrastinador es aquella persona que tiene claro lo que quiere realizar, pero que en realidad no lo ejecuta, y posterga las actividades que deben ser incluidas (Córdova y Alarcón, 2019, p.17)

Causas y/o Elementos de la procrastinación:

Según (Angarita, 2012), en su estudio realizado da a conocer cuatro factores principales motivacionales, en torno a la postergación de las actividades:

Figura 1

Causas de procrastinación

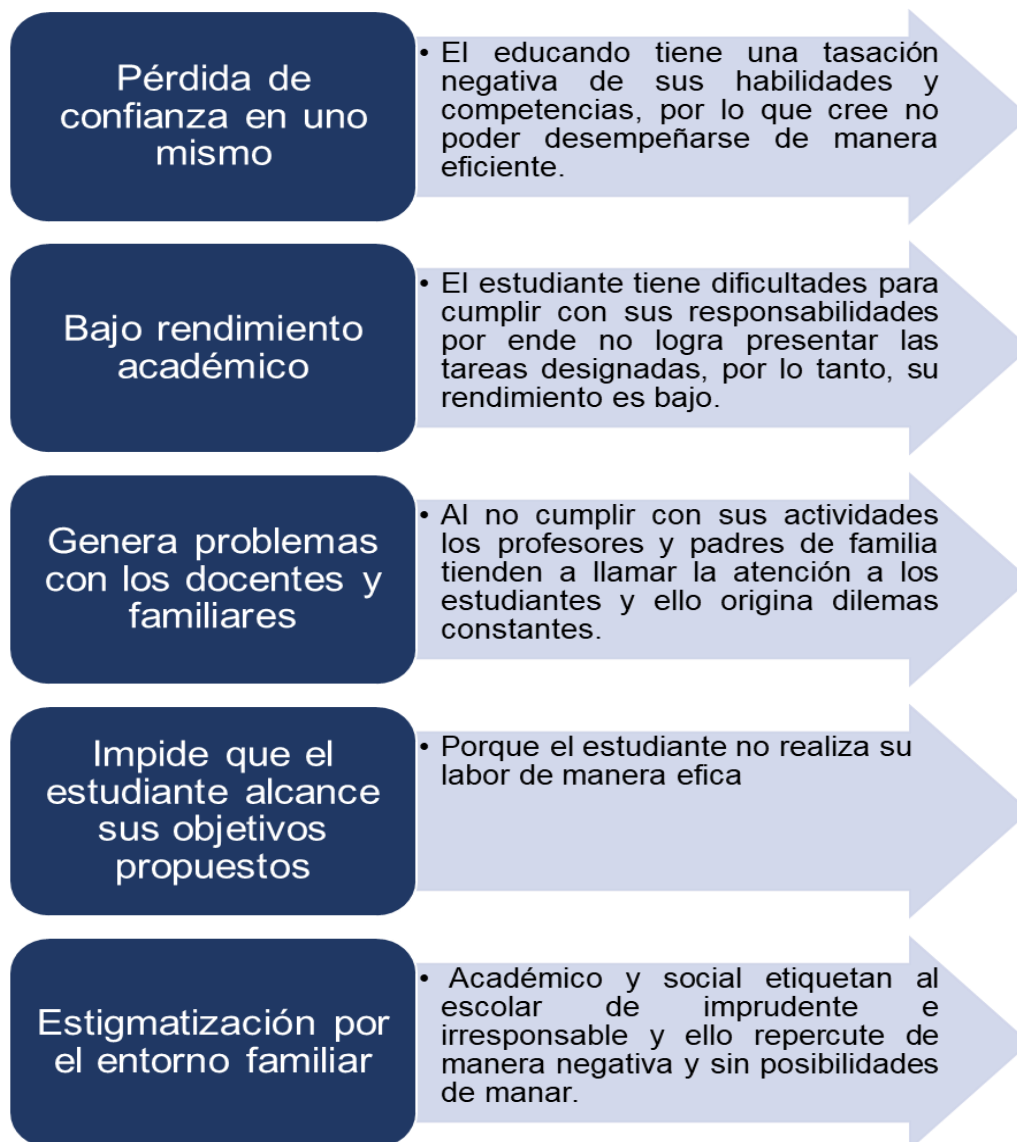
Impulsividad:	Expectativa:	Valoración:	Demora de la satisfacción:
<ul style="list-style-type: none"> Muestra al sujeto poco atraído por la tarea, falta de motivación. 	<ul style="list-style-type: none"> Aquí se describe la forma para desarrollar un tarea o actividad. 	<ul style="list-style-type: none"> Valor o precio que se otorga a unas y otras tareas, ahí nace su diferenciación 	<ul style="list-style-type: none"> Este es el factor que tiene vinculación con el tiempo de respuesta y algunos beneficios de la repetición de esta conducta; al procrastinador le resulta agradable un resultado

Fuente: elaboración propia

Consecuencias de la procrastinación académica

Según (Díaz, 2019), aduce de que la procrastinación académica es una variable que origina grandes dificultades que afectan y dañan a nivel individual al sujeto, institucional y el entorno familia. Seguidamente, pondremos en detalle las principales consecuencias:

Tenemos a la pérdida de confianza en sí mismo; donde se explica que el educando mantiene una tasación negativa de sus habilidades, destrezas y sus competencias, dado que cree no poder desempeñarse y lograr sus metas de manera eficiente como se planteó:

Figura 2*Consecuencias de la Procrastinación académica*

Fuente: elaboración propia

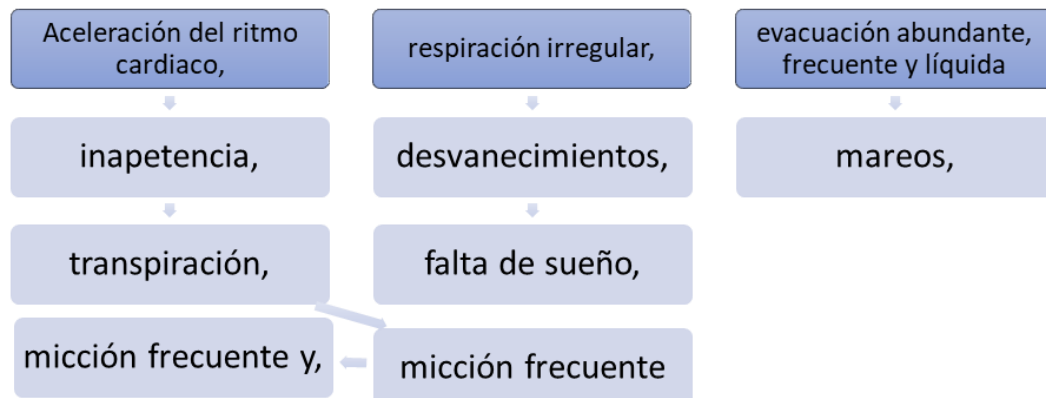
3.2.2. Ansiedad

Muchas teorías se han establecido para definir realmente que es ansiedad, un término que fue acuñado por los griegos quienes le dieron una definición etimológica: se origina del idioma latín *anxietas* que tiene el significado de estado de agitación, inquietud o zozobra del ánimo Real Academia Española (2017). Por otro lado, esta definición también tiene similitud con angustia con la cual comparte su raíz u origen, estas definiciones conceptuales derivaron en confusión con las vivencias de carácter emocional

coincidentes o estrechamente vinculadas como el temor, la tristeza y también el estrés, que los individuos lo experimentan a diario. Por ello, si bien es cierto la ansiedad viene a ser concepto de la rama de la psicología, que en gran medida resulta un concepto ambiguo y complejo de delimitar y determinar, existiendo dentro de él, implícitamente, distintos significados variados (Díaz y De la Iglesia. 2019)

Según Avia (1992), en un estudio que desarrolló, define la ansiedad como un estado cuya característica es la desconfianza, el miedo, indecisión y la pérdida de tranquilidad, éstos reaparecen con antelación frente a la percepción real o imaginativa de una amenaza. También menciona que la ansiedad se origina como una respuesta frente a una situación en donde el sujeto asuma que se encuentra dentro de una situación de riesgo o peligro. Es por ello, la suma importancia de indagar directamente en las respuestas adaptativas y desadaptativas que presentan los sujetos ante situaciones futuras.

También por otro lado, Sarason y Sarason (1996) aducen que el experimentar un trastorno de ansiedad es una mezcla de sentimientos de miedo y tristeza que origina molestia en forma confusión. El sujeto que experimenta este cuadro de ansiedad se distingue por estar pensando frecuentemente en un futuro incierto que puede aumentar la posibilidad de traer una serie de desgracias o desventuras indeseadas. Tanto la variable ansiedad como el temor ambas presentan sintomatologías físicas parecidas, y se manifiestan de forma mezclada y son los siguientes a continuación:

Figura 3*Síntomas de la ansiedad*

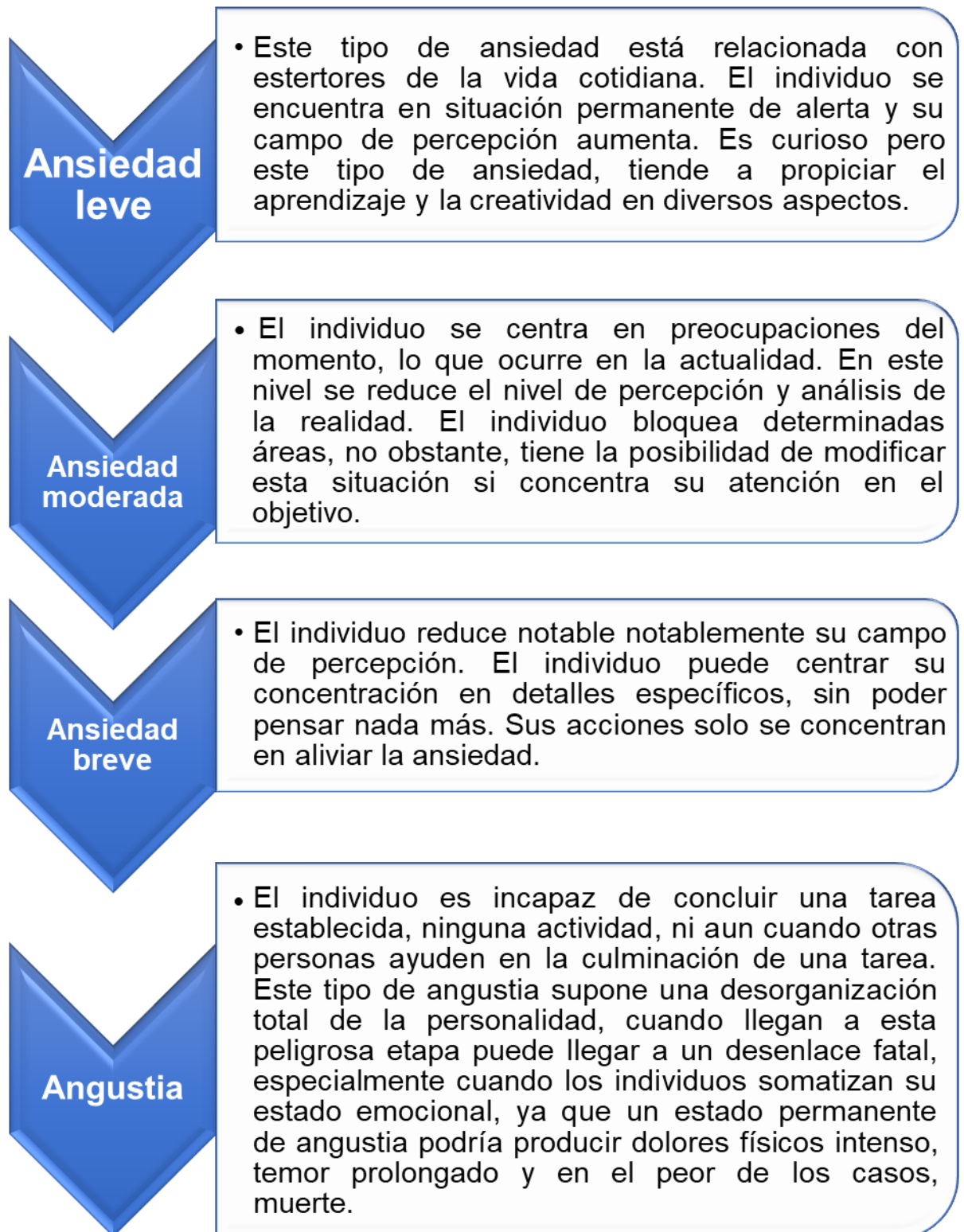
Fuente: Elaboración propia.

No obstante, los individuos ansiosos no tienen una explicación lógica para los razonamientos de sus miedos, en un instante que los individuos sienten terror si identifican su miedo y pueden aducir en gran medida a qué le temen.

Castillo (2010), explica la ansiedad como estados momentáneos de intranquilidad, combinada con nerviosismo que afecta no solo el aspecto físico, sino también, mental del individuo, además como un aspecto emocional que se origina en contextos confusos, el individuo siente que está en peligro. Esta además desencadena respuestas fisiológicas como: aumento de ritmo cardíaco, cambios circadianos, sudoración exagerada, problemas gástricos, trastornos alimenticios, dificultad para dormir, el cúmulo de estos aspectos físicos, desencadena en un problema mental y emocional, difícil de controlar sin la ayuda profesional.

Niveles de Ansiedad

Según un estudio desarrollado por Castellanos et al. (2011), se establece diversos niveles de ansiedad, algunos de los cuales describimos a continuación:

Figura 4*Niveles de la ansiedad*

Fuente: Elaboración propia

Síntomas de la ansiedad

Los síntomas más usuales se presentan en tres campos fundamentales: el emocional, el cognitivo y el aspecto físico del individuo, sus características las apreciamos en el siguiente esquema:

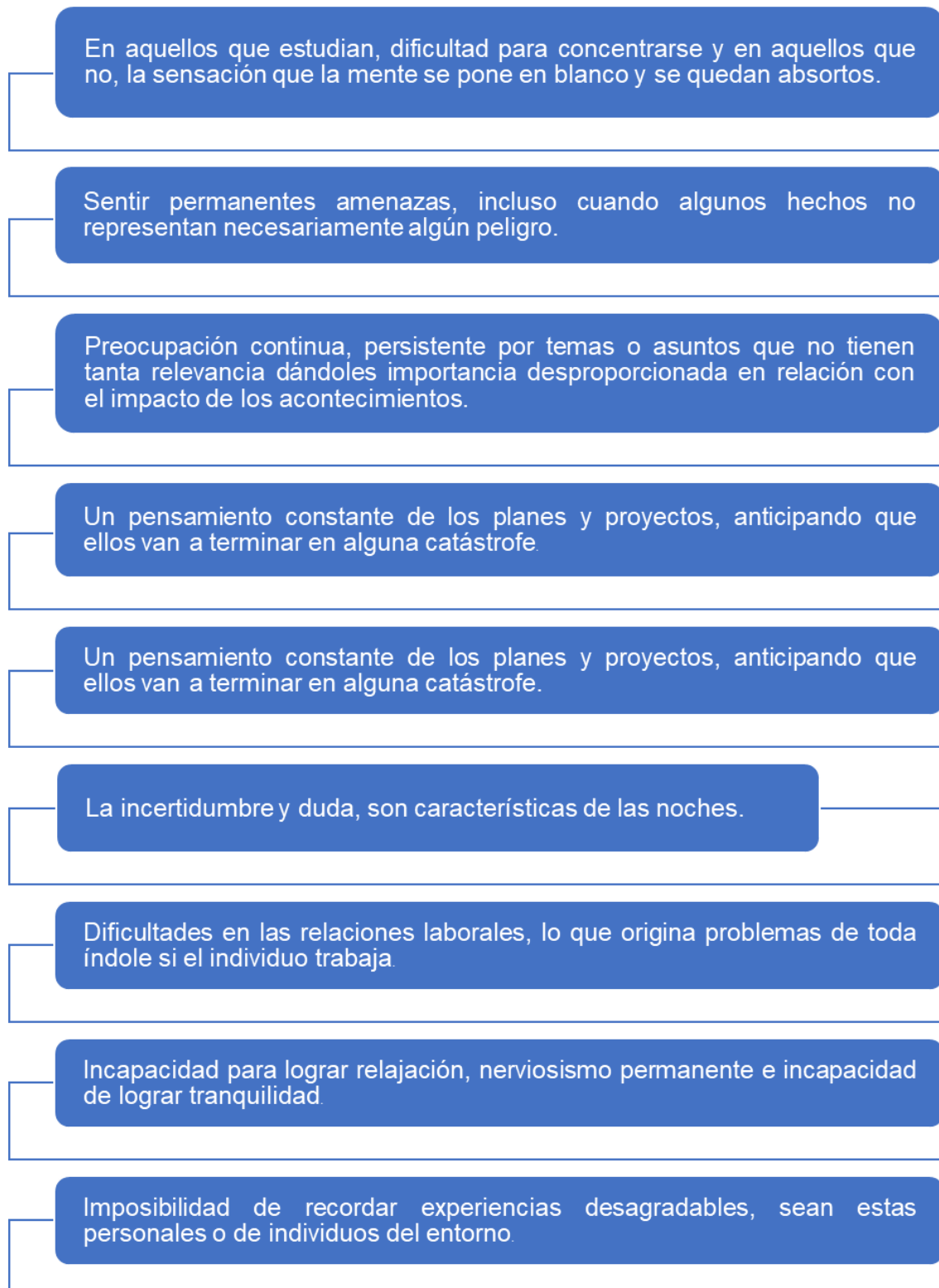
Figura 5

Síntomas usuales de la ansiedad



Fuente: elaboración propia

En estudio desarrollado por Ospina et al. (2011), determinaron que los síntomas de la ansiedad van incrementando dentro de los cuales se pueden encontrar:

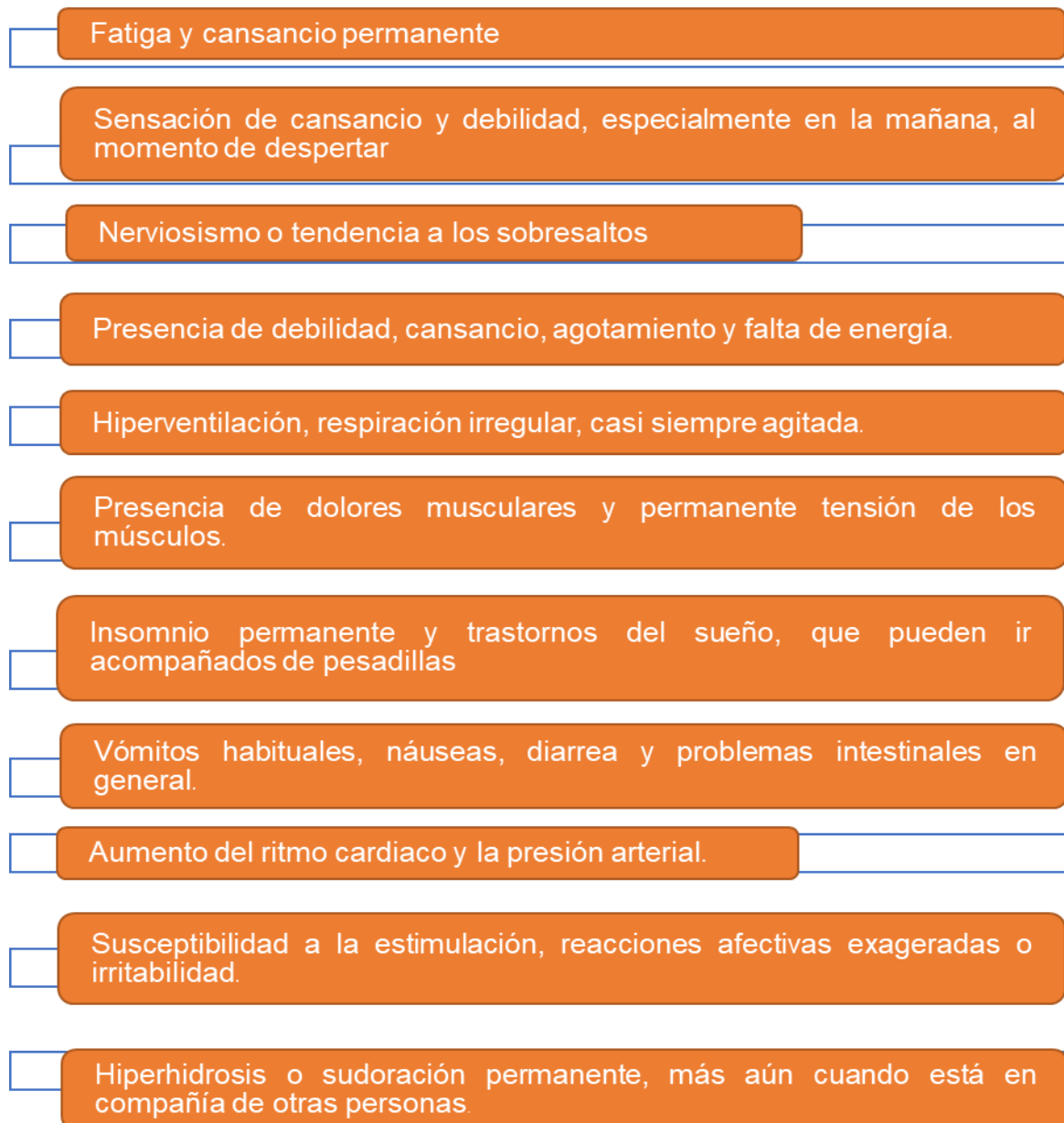
Figura 6*Síntomas afectivos de la ansiedad*

Fuente: elaboración propia

Por otra postura, (Espinosa et al., 2015), ellos desarrollaron un trabajo de investigación para poder determinar los síntomas físicos, estableciendo que puedan ser los siguientes a continuación:

Figura 7

Síntomas somáticos de la ansiedad



Fuente: elaboración propia

Puede haber momentos en que la ansiedad se presenta con mayor fuerza, en especial cuando hay discusiones con personas en el entorno o si persiste una soledad, por la ausencia de familiares, amigos o por lo menos conocidos.

Paralelamente albergar sentimientos de desastres, que en su entorno se desate una desgracia o estar permanente pensando en negativo (Espinosa, et al. 2015).

Síntomas en los niños y adolescentes

En las casuísticas de los niños y de los adolescentes, los síntomas se presentan de manera similar que, en los adultos, sin embargo, el nivel de intensidad varía, pueden a su vez somatizar los síntomas de forma más agresiva Herskovic y Matamala (2020), en esta investigación se establecen algunos síntomas característicos:

- Deficiente participación en actividades deportivas, estas poco a poco se van haciendo menos frecuentes.
- Presencia de vértigo y mareo, cuando se presentan situaciones estresantes.
- Aceleración del corazón y respiración pausada o también muy acelerada, en casos extremos los niños pueden hiperventilar.
- La sudoración o hiperhidrosis también está presente en los niños con ansiedad, sin embargo, viene acompañado de los síntomas descritos arriba.
- Permanentes dolores de estómago, el estómago es receptor de terminaciones nerviosas, por eso se presentan a menudo.
- En los adolescentes, se puede presentar tics como jalarse el cabello o morderse de las uñas al extremo de “sacarse sangre”. La mayoría de los tics son manifestación del nerviosismo que tienen.

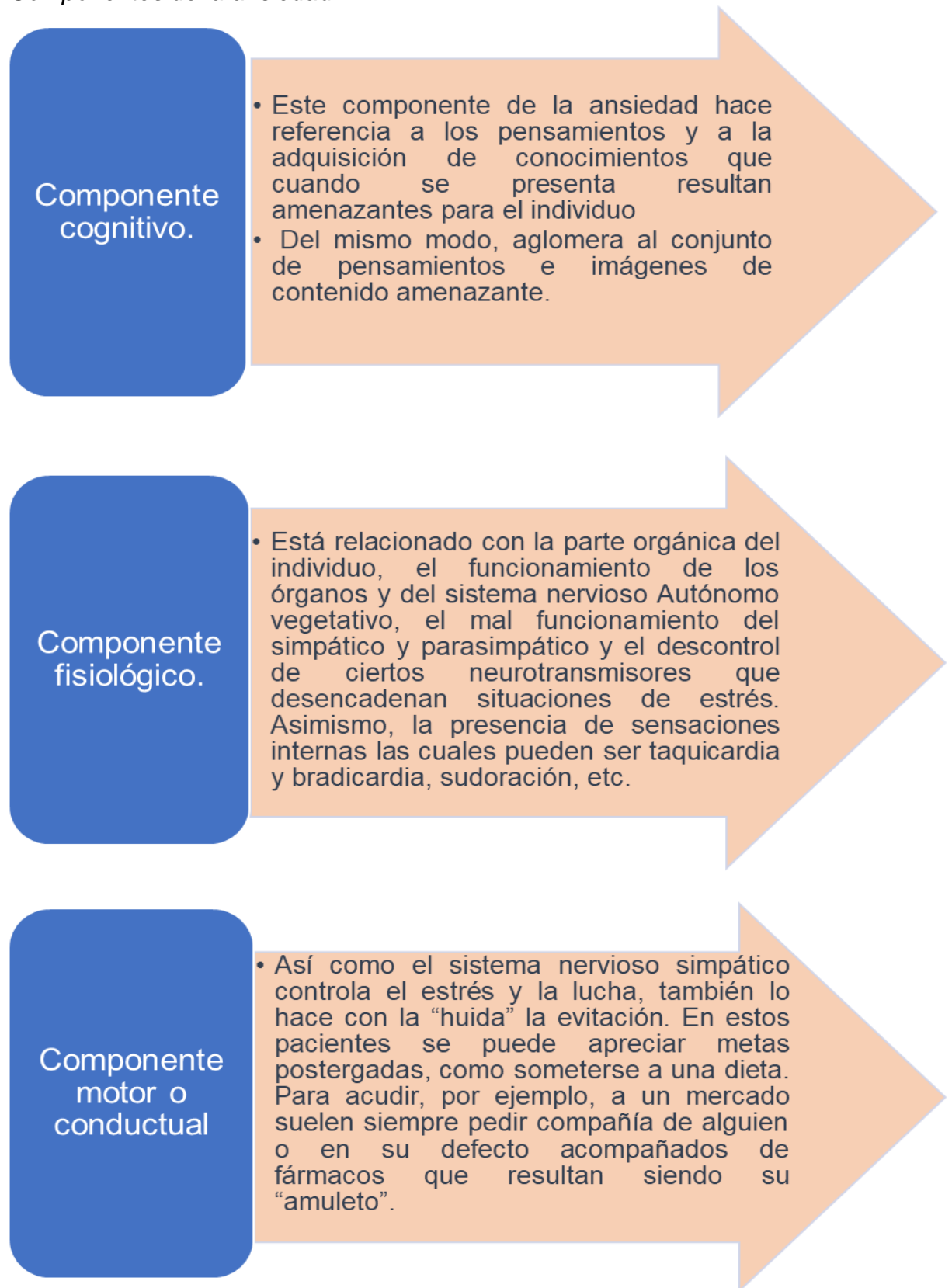
Herskovic y Matamala (2020), también refieren en su estudio que un menor niño o un individuo adolescente, conlleva en su día a día preocupaciones excesivas estas pueden manifestar los siguientes síntomas:

- Necesidad por agruparse a sus grupos escolares y el fracaso provoca frustración
- Lloro o se enoja por cualquier cosa, por más trivial que sea esta.

- Así como se presentan los tics, también pueden registrarse movimientos repetitivos de manos o pies.
- Perfeccionismo, lo que induce a repetir trabajos escolares buscando una perfección que no logra.
- Niños y adolescentes pueden exigir exagerada atención de sus padres y por más que la reciban, siempre exigir más.
- Evadir su asistencia a la escuela o colegio, evitando, en lo posible, el contacto social masivo.

Componentes de la ansiedad

Dentro de los componentes de la variable ansiedad tenemos los que hacen referencia a la parte cognitiva, la fisiología del individuo y el motor conductual o volitivo, estos estudios fueron formulados para analizar, además, una posible actuación al respecto H. Londoño et al. (2010):

Figura 8*Componentes de la ansiedad*

Fuente: elaboración propia

Perspectivas teóricas de la ansiedad

En cuanto a las perspectivas de la ansiedad, varios autores han teorizado al respecto, sin embargo, la mayoría coincide en los siguientes enfoques:

- **Enfoque Conductual**

Según este enfoque nuestras actitudes o reacciones son producto de un aprendizaje o asimilación previa que sucede por la presencia de estímulos que provocan repetición o que extinguen la acción. En este marco, la ansiedad se da en el individuo, y se presenta como resultado de un aprendizaje u conocimientos previos, del cúmulo de procesos de condicionamiento que se han registrado durante un periodo de tiempo concreto Díaz y De la Iglesia (2019). Al repetirse los estímulos que el individuo considera de peligro, surge la respuesta en forma de ansiedad, poco a poco los estímulos que se consideraban neutros se van relacionando con experiencias desagradables y la condición del paciente empeora si no recibe ayuda oportuna.

- **Enfoque Psicoanalítico**

En este enfoque y al igual que la teoría establecida por Freud, la variable ansiedad es asumida como una respuesta a los estímulos reprimidos, en especial aquellos de la infancia. Es necesario verificar su libro "El problema de la ansiedad" (1936), aquí se establece que la variable ansiedad se presenta como una lucha del "yo" para decidir por algunos de los impulsos que le plantea el ego y el super yo, esta disputa entre dos tendencias opuestas y la indecisión para adoptar algunas de las posiciones, frustra al individuo. Todo se registra a un nivel inconsciente Juan et al. (2011), Freud en su teoría señala que el sentir ansiedad es un signo de alarma, pues si no es controlada puede volverse crónica y acompañar al individuo toda la vida, es curioso, pero también señala que el afrontamiento puede provocar la súbita desaparición de esa terrible sensación (Santiago et al., 2011).

- **Enfoque cognitivo**

A medida que han avanzado las formulaciones de las bases teóricas respecto del trastorno de ansiedad, ha ido originándose la terapia cognitivo conductual propiamente dicha, este enfoque aduce a los procesos mentales, para el reconocimiento de las señales que pueden ser adversos y que a la vez pueden señales de ansiedad en los individuos. El factor más importante lo desarrolla la persona quien deberá analizar la situación, evaluar y valorar las consecuencias y si existe peligro o no. En base a este enfoque será el sujeto que actuará para controlar su ansiedad. Razonamiento, análisis, medición del peligro, pero, sobre todo, aplicación de pausas en la vida diaria, ayudarán a controlar los brotes de ansiedad utilizando los procesos cognitivos en todo momento, Luterek et al. (2003).

- **Enfoque cognitivo-conductual**

Ambos enfoques, tanto el cognitivo y conductual que tienen teorías paralelas y diferentes, confluyen para explicar que la ansiedad es considerada de materia multidimensional. Así, (Cano-Vindel et al., 2011), tras un estudio ha llegado a la conclusión que la ansiedad es una forma de reacción del tipo emocional que se manifiesta a nivel cognitivo, de la fisiología del ser humano y afecta sobre todo a la parte volitiva, la parte que se encarga de la motivación en el ser humano, por eso postulan que para poder ayudar aquellos pacientes que sufren por este mal, se debe trabajar en la voluntad de los individuos, determinando los aspectos placenteros de la vida diaria, enfrentándolos a las causas que provocan la ansiedad. Cabe destacar que aquí interviene mucho el temperamento del sujeto, en especial cuando estos son flemáticos o melancólicos, es decir parcos y de poca interacción social.

Tipos de ansiedad

Delgado et al. (2021), dan a conocer, en una investigación amparada en la clasificación del DSM-5 dentro de los trastornos de ansiedad más conocidos tenemos:

- El Trastorno de ansiedad generalizada: su característica principal radica en la preocupación. Presenta cansancio, dificultad para concentrarse, irritabilidad.
- Trastorno de ansiedad social, dificultad para establecer relaciones duraderas con personas desconocidos, en casos extremos, ausencia total de contacto con el mundo exterior.
- Trastorno de pánico, esta patología tiene como característica, dificultad para respirar, vértigo, desmayos o la sensación de congelarse, reviste mucho peligro para personas que conducen o que simplemente se aprestan a cruzar una calle.
- Trastorno causado por estrés postraumático, los pensamientos y recuerdos se vuelven recurrentes, se presentan de manera frecuente lo que lleva a experimentar, sensación de ahogo, emociones desbordadas, insomnio y apatía permanente. Se presenta luego de presenciar un evento traumático, una violación un accidente de carretera o presenciar la muerte de un ser querido.
- Trastorno de ansiedad inducido por sustancias / medicamentos, Aquí actúan generalmente los psicotrópicos o sustancias alucinógenas, aunque en algunos casos cierto medicamentos provocan efectos secundarios en sus consumidores.
- Trastorno Obsesivo compulsivo, también conocido como TOC, su característica radica en desarrollar actividades repetitivas para calmar el nerviosismo que experimenta una persona a causa de la ansiedad, sirviendo como un placebo momentáneo, a su vez se puede sub dividir en: juntar objetos (algunos inservibles) para sentir seguridad o compañía; la cuenta compulsiva de todo, miedo a ciertas religiones o las consecuencias que advierten ellas.
- Trastorno de ansiedad no especificado, la idea de no especificado es aquella que no es seguro, no es definitivo o concreto el diagnóstico que formula el profesional de la salud, por la falta de información, la poca colaboración del paciente u otros problemas que entorpezcan la evaluación.

- El Trastorno de ansiedad generado por separación, generalmente se presenta en niños o adolescentes de primeras edades, que experimentan la separación del hogar o de un familiar específicamente, esto genera en el paciente dificultades para dormir solos, o que no quieran salir de su casa, al pensar que alguna catástrofe podría ocurrir.

Test para medir la procrastinación

El instrumento que se utilizó en el trabajo de investigación es la Escala de Procrastinación Académica, elaborada por Busko (1998) que aduce:

Está constituida por 16 reactivos, que fueron modificados y adaptados al Perú por Trujillo-Chumán et al. (2020) con 12 reactivos, con cinco alternativas de respuesta (nunca, pocas veces, a veces, casi siempre y siempre). Se puntúan mediante una escala de tipo Likert de cinco puntos. Presenta una fiabilidad a través del coeficiente Alfa de Cronbach de. Su adaptación al español por Álvarez (2010), la administración de la escala es de forma individual o colectiva. Generalmente, la realización del cuestionario lleva entre 8 y 12 minutos, y en el caso del tiempo total no supera los 17 minutos. Esto permite que se evalúe con fiabilidad la propensión hacia la procrastinación académica (Trujillo-Chumán et al.2020).

Del mismo modo Suarez (2021), manifiesta que:

En una investigación desarrollada en la ciudad de Lima que tuvo como objetivo evidenciar la validez y confiabilidad de la Escala de Procrastinación académica (EPA) (Busko, 1998 y Álvarez, 2010–Adaptado en Lima). Esta investigación fue de tipo Instrumental – tecnológico y con enfoque cuantitativo. Se tomó un muestreo 203 estudiantes de secundaria, de una institución educativa de La Molina-Lima-Perú. Se obtuvo la validez de contenido por medio del coeficiente V de Aiken, mostrando la puntuación de jueces expertos, con los ítems aceptables (p.10)

3.2.3. Test para medir la ansiedad

El test utilizado en el presente estudio es La Escala de Automedición de la Ansiedad (EAMD) de William Zung y Zung, también conocido como Escala de Ansiedad de Zung; este establece una investigación de conductas ansiosas y se encuentra elaborado en base a 20 preguntas de un cuestionario elaborado con relatos referidos por los pacientes que darán a conocer su estado real en que se encuentran, para conocer las características o manifestaciones reales de su depresión que estén relacionados a sus trastornos emocionales.

Esta escala de medición de depresión de Willian Zung ha sido establecido con 20 frases o relatos. Cada uno de ellos se refiere a un síntoma que es característico de la depresión Campo (2009), manifiesta que:

En conjunto las 20 frases abarcan síntomas depresivos, como expresión de trastornos emocionales y se presenta en una ficha con cuatro columnas de elección tituladas: Dentro del test además se puede observar las alternativas: "Muy pocas veces", "Algunas veces", "Muchas veces" y "Casi siempre", que deben ser absueltas por los sujetos sometidos al cuestionario. A los examinados les es imposible falsificar tendencias en sus respuestas, porque la mitad de los ítems están redactados como síntomas positivos y la otra mitad como síntomas negativos (p.11)

IV. METODOLOGÍA

4.1. Tipo y Nivel de la Investigación

4.1.1. Tipo de investigación

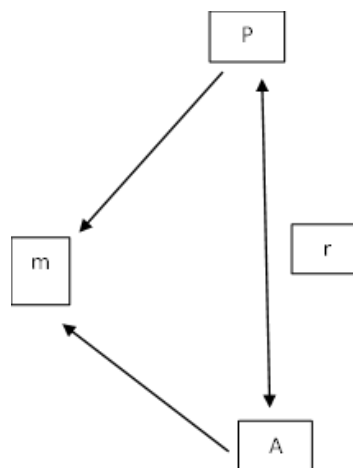
Tomando en consideración el propósito de la investigación planteada y el objetivo general que se planteó en la misma, el cual presupone el determinar el grado de relación existente entre la procrastinación y la ansiedad en los estudiantes de secundaria de la I.E. Ajoyani Puno, 2022, por consiguiente, nuestra investigación planteada es de tipo básico.

4.1.2. Nivel de investigación

Nuestra investigación, contiene y reafirma dentro del nivel correlacional que está direccionada a la medición de las variables de nuestra investigación y determinar una correcta relación estadística de correlación entre ambas.

4.2. Diseño de la Investigación

Para nuestra investigación se usó el diseño no experimental, y de tipo básico y del nivel correlacional, como se muestra a continuación en la figura:



En donde:

P: Procrastinación

A: Ansiedad

r: Correlación

m: Muestra

4.3. Hipótesis general y específica

4.3.1. Hipótesis general

Existe relación significativa entre procrastinación académica y ansiedad en estudiantes del cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno – 2022.

4.3.2. Hipótesis específica

Existe relación significativa entre procrastinación académica y la dimensión de síntomas afectivos de ansiedad en estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno – 2022.

Existe relación significativa entre procrastinación académica y la dimensión síntomas somáticos de ansiedad en estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani – 2022.

4.4. Identificación de variables

Variable Independiente Procrastinación Académica

Dimensiones:

- Autorregulación académica
- Postergación de actividades

Variable dependiente Ansiedad

Dimensiones:

- Síntomas afectivos
- Síntomas somáticos

4.5. Matriz de operacionalización de variables

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA DE VALORES	NIVELES Y RANGOS	TIPO DE VARIABLE ESTADÍSTICA
PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA	Auto regulación académica	<ul style="list-style-type: none"> Regulación de pensamientos Regulación de motivaciones 	2, 3, 4, 5, 8, 9, 10, 11, 12	Ordinal	Nominal	Cuantitativo
	Postergación de actividades	<ul style="list-style-type: none"> Expectativa Impulsividad Valoración 	1, 6, 7,	Ordinal	Nominal	Cuantitativo
ANSIEDAD	Síntomas afectivos	<ul style="list-style-type: none"> Desintegración mental Aprensión Intranquilidad 	01 02 03 04 05	Ordinal	Nominal	Cuantitativo

			06			
			07			
			08			
			09			
			10			
			11			
			12			
	Síntomas somáticos		13	Ordinal	Nominal	
			14			Cuantitativo
			15			
		<ul style="list-style-type: none">• Taquicardia	16			
		<ul style="list-style-type: none">• Mareos	17			
		<ul style="list-style-type: none">• Desmayos	18			
		<ul style="list-style-type: none">• Disnea	19			
		<ul style="list-style-type: none">• Parestesias	20			

4.6. Población – muestra

En lo referente a la población se entiende como un universo, conjunto o total de los elementos sobre los que se investiga o se realizan los estudios. La muestra es entendida como un segmento o un subconjunto de los elementos que se demarcan previamente de una población para poder realizar un estudio del tipo y diseño de la investigación Ebingen et al. (2017), nuestra investigación contiene las siguientes características:

4.6.1. Población

La población la conforman 103 estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, distribuida en los grados del cuarto a quinto de secundaria, en un horario continuo, pues se trata de un plantel JEC (Jornada Escolar Completa) con dos bloques de estudio desde las 7.30 de la mañana hasta las 12.30 del mediodía y desde las 13.30 hasta las 15.30 de la tarde.

4.6.2. Muestra

En nuestra investigación se realizó la aplicación en 82 estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, del cuarto y quinto grado de educación secundaria, seleccionados de forma aleatoria y que constituyen una parte representativa de la población por estar en los últimos grados del nivel secundario.

En nuestro caso la población está dada por 103 adolescentes de de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, distribuidos en dos años académicos de 4° a 5° semestre. Para nuestro caso el tipo de muestreo: Es el muestreo de forma probabilística estratificada, como tamaño de muestra, está constituida por 82 alumnos.

Técnica de Muestreo: $n = N \times p \times q \times (Z)^2 / (N - 1) (E)^2 + p \times q \times (Z)^2$.

Muestra: 82 adolescentes, que equivale al 79.6% de la población total de 310(100%)

4.7. Técnicas e instrumentos de recolección de información

4.7.1. Ficha técnica Procrastinación

Para la variable X: procrastinación

Nombre: Escala de Procrastinación Académica (EPA):

Autores: Deborah Ann Busko

Administración: Individual o colectiva

Descripción: La Escala de Procrastinación Académica fue elaborada por Deborah Ann Busko en el año de 1998, la escala original está conformada por 16 ítems y posee un formato de respuesta tipo Likert con cinco alternativas, para la realización de la presente investigación se utilizó la adaptación validada por los investigadores Kimberly trujillo-Chumán y Martín Noé-Grijalva de la universidad César Vallejo en el año 2020. El instrumento de procrastinación académica denominado “Escala de procrastinación Académica (EPA)” contiene 8 preguntas indirectas cuyas alternativas fueron elaboradas en la escala de Likert las cuales son: Nunca (1), Pocas veces (2), A veces (3), Casi siempre (4), Siempre (5) y la calificación es realizado de forma inversa por que dichas preguntas son indirectas, el instrumento fue aplicado a 366 estudiantes de instituciones públicas entre 12 y 17 años de edad, el instrumento posee una confiabilidad de $\alpha = 0.80$ en el coeficiente de consistencia interna de omega (Trujillo y Noé, 2020). Dominguez, Villegas y Centeno (2014), esta adaptación consta de 12 ítems y posee el mismo formato de respuesta. Se realizó una validación de contenido evaluada por tres jurados, se obtuvo un índice de acuerdo general de 0.92 lo cual indica que el contenido del instrumento es válido. El Alfa de Cronbach en la población de estudio es de 0,758 indicando así una confiabilidad aceptable en la investigación efectuada.

4.7.2. Ficha técnica Ansiedad

Para la variable Y: Ansiedad

Nombre: Escala de Autovaloración de Ansiedad (EAA)

Autores: William Zung y Zung

Administración: Individual o colectiva

Descripción: Zung (1965). valida las escalas (EAA y EAMD), en primer lugar, a un grupo de pacientes de Consultorio Externo en el DUKE PSYCRHASTYK HOSPITAL, con diagnóstico de depresión, ansiedad y otros desórdenes de la personalidad. Los diagnósticos fueron establecidos separadamente por otros clínicos, obteniendo puntuaciones con escalas psicométricas standard, antes de la aplicación de ambas escalas. En todos los pacientes se encontró una alta correlación entre las puntuaciones obtenidas, y las recogidas con otras pruebas, se encontró así mismo diferencias significativas en relación con la edad, nivel educativo e ingresos económicos.

Los síntomas psicológicos y físicos que considera el Instrumento, se afirman en:

AFECTIVA (PSICOLÓGICOS)

Ansiedad 1. Me siento más intranquilo y nervioso que de costumbre

Miedo 2. Me siento atemorizado sin motivo.

Angustia 3. Me altero o me angustio fácilmente.

Desintegración mental 4. Siento como si me estuviera deshaciendo en pedazos.

Aprehensión. 5. Creo que todo está bien. Que no va a pasar nada malo.

SOMÁTICOS

Temblores 6 Me tiemblan los brazos y piernas.

Molestia y Dolores Corporales 7 Sufro dolores de cabeza, del cuello y de la espalda.

Tendencia a la Fatiga, debilidad 8 Me siento débil y me canso fácilmente.

Inquietud 9 Me siento tranquilo y me es fácil quedarme quieto.

Palpitaciones 10 Siento que el corazón me late a prisa.

Vértigo 11 Sufro mareos.

Desmayos 12 Me desmayo o siento que voy a desmayarme.

Disnea 13 Puedo respirar fácilmente.

Parestesias 14 Se me duermen y arquean los dedos de las manos y de los pies.

Náuseas y vómitos 15 Sufro dolores de estómago o indigestión.

Micción frecuente 16 Tengo que orinar con mucha frecuencia.

Sudoración 17 Generalmente tengo las manos secas y calientes.

Rubor Facial 18 La cara se me pone caliente y roja.

Insomnio 19 Me duermo fácilmente y descanso bien por la noche.

Pesadillas 20 Tengo pesadillas

NIVELES DE ANSIEDAD QUE CONSIDERA EL INSTRUMENTO

INDICE ESTADOS DE ANSIEDAD (EAA)

Menos de 45..... Dentro de los límites normales.

No hay ansiedad presente.

De 45 - 59..... Presencia mínima de Ansiedad Moderada.

De 60 - 69..... Presencia Ansiedad Marcada a Severa.

De 70 o más..... Presencia de Ansiedad en grado Máximo.

V. RESULTADOS

5.1. Presentación de resultados

Tabla 1

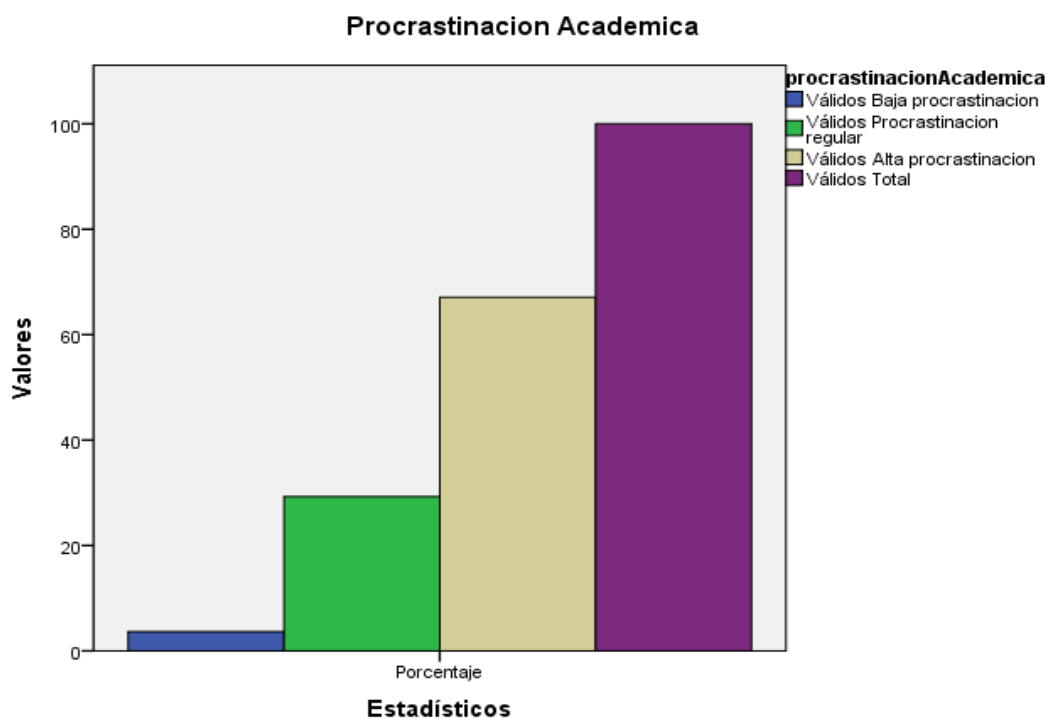
Niveles de procrastinación en los estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno.

		Procrastinación Académica			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Baja procrastinación	3	3.7	3.7	3.7
	Procrastinación regular	24	29.3	29.3	32.9
	Alta procrastinación	55	67.1	67.1	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

Fuente: elaboración propia

Figura 9

Grafica sobre los niveles de procrastinación en los estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno.



Fuente: Elaboración propia

Tabla 2

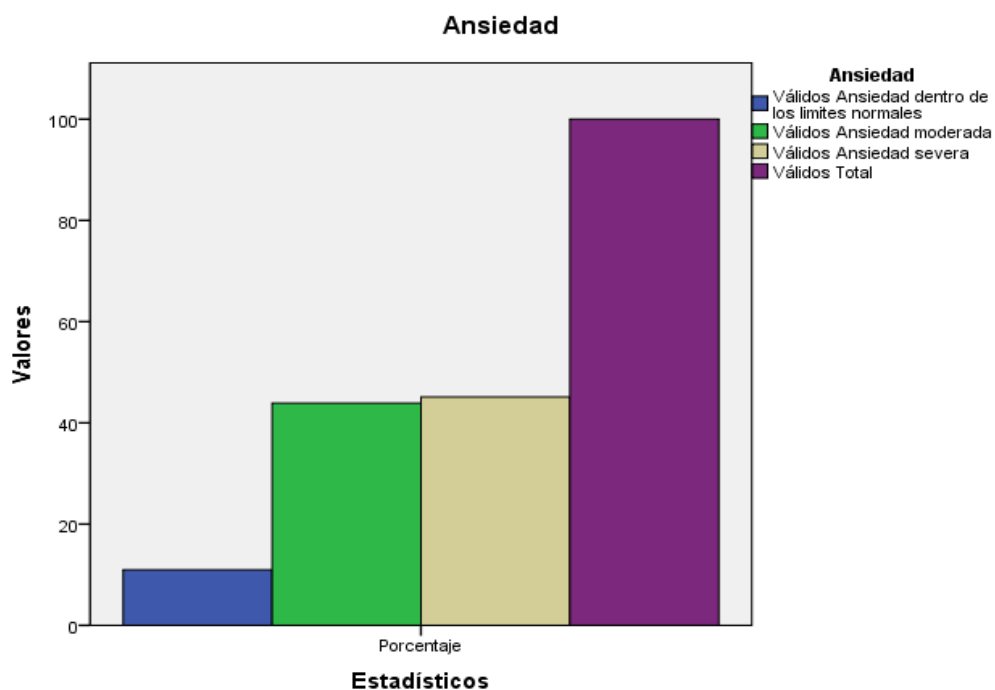
Niveles de ansiedad en los estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno.

		Ansiedad			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Ansiedad dentro de los límites normales	9	11.0	11.0	11.0
	Ansiedad moderada	36	43.9	43.9	54.9
	Ansiedad severa	37	45.1	45.1	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

Fuente: Elaboración propia

Figura 10

Gráfica sobre los niveles de procrastinación en los estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno



Fuente: Elaboración propia

Tabla 3*Prueba de normalidad*

1	Hipótesis Ha: Existe relación entre Procrastinación académica y la Ansiedad en los estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno. H0: No existe relación entre Procrastinación académica y la Ansiedad en los estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno.
2	Establecer un nivel de significancia Nivel de confianza= 0.95% (95%) Nivel de significancia= 0.05% (5%)
3	Estadístico de prueba Kolmogorov-Smirnov

Tabla 4*Cálculo prueba de normalidad*

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Ansiedad	.480	81	.000	.521	81	.000
Procrastinación Académica	.377	81	.000	.669	81	.000

a. Corrección de la significación de Lilliefors

Tabla 5

Correlación entre procrastinación académica y ansiedad.

		Correlaciones		
			Procrastinación Académica	Ansiedad
Rho de Spearman	Procrastinación Académica	Coeficiente de correlación	1.000	.958
		Sig. (bilateral)		.000
		N	82	82
	Ansiedad	Coeficiente de correlación	.958	1.000
		Sig. (bilateral)	.000	
		N	82	82

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

Tabla 6

Relación entre procrastinación académica y la dimensión síntomas afectivos de la ansiedad en los estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno – 2023.

			Procrastinación Académica	Síntomas Afectivos
Rho de Spearman	Procrastinación Académica	Coeficiente de correlación	1.000	,673**
		Sig. (bilateral)		.001
		N	81	81
	Síntomas Afectivos	Coeficiente de correlación	,673**	1.000
		Sig. (bilateral)	.000	
		N	81	81

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

Tabla 7

Relación entre procrastinación académica y la dimensión síntomas somáticos de la ansiedad en los estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno – 2023.

		Procrastinación Académica		Síntomas Somáticos
Rho de Spearman	Procrastinación Académica	Coeficiente de correlación	1.000	.862
		Sig. (bilateral)		.000
		N	81	81
	Síntomas Somáticos	Coeficiente de correlación	.862	1.000
		Sig. (bilateral)	.001	
		N	81	81

5.2. Interpretación de resultados

En la Tabla 1 y figura 9 se visualiza que en los estudiantes existe un porcentaje del 67.1% de alta procrastinación, sucesivamente está el 29,3% de procrastinación regular y finalmente tenemos 3.7% de baja procrastinación. Por la tanto, podemos concluir que los estudiantes de Ajoyani presentan en mayor medida alta procrastinación.

En la tabla 2 y figura 10 se muestra que en los estudiantes está presente en el 45.1% ansiedad severa, seguidamente tenemos el 43.9% con ansiedad moderada y el 9.0% con ansiedad dentro de los milites normales. Es decir, que los estudiantes de Ajoyani presentan en su tendencia ansiedad severa.

En la tabla 4 se observa la prueba de normalidad para las variables de procrastinación académica y ansiedad, ambas presentan una distribución no normal teniendo un nivel de significancia de $0.000 < 0.05$, teniendo en cuenta que $p < 0.05$ de la variable de procrastinación académica y ansiedad. Por tanto, para la correlación paramétrica se aplicará el coeficiente de correlación de Rho de Spearman.

En la tabla 5 se realizó la correlación paramétrica de Rho de Spearman entre la procrastinación académica y la ansiedad dando como resultado un coeficiente de correlación el cual fue de 0.958, con p-valor de 0,000. Lo que significa que existe una correlación positiva muy alta entre procrastinación académica y ansiedad en los estudiantes de cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani-Puno.

En la tabla 6 se desarrolló la correlación paramétrica de Rho de Spearman entre la variable procrastinación y la dimensión Síntomas Afectivos de la ansiedad, dando un resultado del coeficiente de correlación un 0,673 y un p-valor de 0,001. Por lo tanto, existe una correlación positiva alta entre procrastinación académica y la dimensión síntomas afectivos de la ansiedad y es decir que, mientras que los estudiantes mantengan una procrastinación académica adyacentemente mantendrán síntomas afectivos de la ansiedad severos.

En la tabla 7 se realizó la correlación paramétrica de Rho de Spearman entre procrastinación de la dimensión Síntomas afectivos de la ansiedad donde se visualiza el coeficiente de correlación dando un resultado de 0.862 con un p-valor de 0,000. Por lo tanto, existe una correlación positiva muy alta entre procrastinación y la dimensión de síntomas somáticos de la ansiedad.

VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

6.1. Análisis inferencial

Contrastación de Hipótesis General

Ha: Existe relación entre Procrastinación académica y la Ansiedad en los estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno – 2022.

H0: No existe relación entre Procrastinación académica y la Ansiedad en los estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno – 2022.

Por tanto, se acepta en todas las Hipótesis alternas, existiendo evidente correlación entre las variables del estudio, tal como se muestra en los cuadros a continuación:

Tabla 8

Procrastinación académica y la Ansiedad en los estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno – 2022.

N	Rho de Spearman	p. Valor	α
81	0.958	0.000	0.05

En la correlación de la Tabla 8, se observa que existe una relación estadísticamente significativa entre procrastinación académica y ansiedad ($p=0.000 < 0.05$). Asimismo, el coeficiente de Rho de Spearman (0.958) indicó que la relación entre las variables de procrastinación académica y ansiedad tienen una correlación positiva muy alta. De acuerdo a ello, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, es decir, que existe una relación entre procrastinación académica y ansiedad en los estudiantes del cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno - 2022.

Contrastación de Hipótesis Específica 1

Ha: Relación entre procrastinación académica y la dimensión síntomas afectivos de la ansiedad en los estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno – 2022.

H0: No existe relación entre procrastinación académica y la dimensión síntomas afectivos de la ansiedad en los estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno – 2022.

Tabla 9

Procrastinación académica y la dimensión síntomas afectivos de la ansiedad en los estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno – 2022

N	Rho de Spearman	p. Valor	α
81	0.673	0.001	0.05

En la correlación de la Tabla 9, se presenta que existe una relación estadísticamente significativa entre procrastinación académica y la dimensión de síntomas afectivos ($p= 0.001 < 0.05$). Por otro lado, el coeficiente de Rho de Spearman (0.673) señaló, que la relación entre las variables procrastinación académica y la dimensión síntomas afectivos de la ansiedad tienen una correlación positiva alta. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, es decir, que existe una relación entre procrastinación académica y la dimensión de síntomas afectivos de la ansiedad en los estudiantes del cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno - 2022.

Contrastación de Hipótesis Específica 2

Ha: Relación entre procrastinación académica y la dimensión síntomas somáticos de la ansiedad en los estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno – 2022.

H0: No existe relación entre procrastinación académica y la dimensión síntomas somáticos de la ansiedad en los estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno – 2022.

Tabla 10

Procrastinación académica y la dimensión síntomas somáticos de la ansiedad en los estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno – 2023.

N	Rho de Spearman	p. Valor	α
81	0.862	0.000	0.05

En la correlación de la Tabla 10, se enseña que existe una relación estadísticamente significativa entre procrastinación académica y la dimensión de síntomas afectivos ($p= 0.000 < 0.05$). Por otro lado, el coeficiente de Rho de Spearman (0.862) presento, que la relación entre las variables procrastinación académica y la dimensión síntomas somáticos de la ansiedad tienen una correlación positiva muy alta. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y acepta la hipótesis alterna, es decir, que existe una relación entre procrastinación académica y la dimensión de síntomas somáticos de la ansiedad en los estudiantes del cuarto y quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno - 2022.

VII. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

7.1. Comparación resultados

Respecto de lo mencionado por Gálvez (2020) quien aduce en su investigación: “Relación entre Procrastinación Académica y Ansiedad-Rasgo, en estudiantes de 6to Semestre de la Licenciatura de Psicología en UDELAS, sede Panamá”, teniendo como resultado correlación positiva muy baja de 0.17 entre los componentes de postergación de actividades y la presencia de ansiedad, pretendiendo mencionar que las variables aumentan o disminuyen en igual medida. Por el contrario, en nuestra investigación si se encontró nivel de correlación muy alta entre las variables de procrastinación académica y ansiedad teniendo un resultado de $0.000 < 0.05$. Lo cual indica que para nuestra población los niveles de procrastinación académica se elevan de igual manera con la con la ansiedad y sus respectivas dimensiones.

Por otro lado, Aguay y Villavicencio (2022) en su trabajo de investigación titulado: “Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes. Instituto Superior Tecnológico Japón Santo Domingo de los Tsáchilas, 2021”. Donde estuvo constituida una muestra de 197 estudiantes del Centro de Idiomas entre los 18 a 28 años. Concluyendo con que un 56,35% de los estudiantes presenta un nivel alto de postergación de actividades y un 53,81% de los estudiantes presentan un nivel mínimo a moderado de ansiedad, concluyendo que en mayor medida de procrastinación presentara síntomas moderados de ansiedad teniendo una correlación media entre las variables procrastinación académica y ansiedad en los estudiantes de estudiantes. Instituto Superior Tecnológico Japón. Santo Domingo de los Tsáchilas, 2021.

También encontramos en el trabajo de investigación de Medrano (2017) en su trabajo titulado “Procrastinación académica y estrés académico en estudiantes de una Universidad Pública de Lima”. Precizando que su muestra consta de 112 estudiantes de pregrado de la Universidad Nacional Federico Villarreal de la carrera de optometría. Obteniendo como resultado de su estudio que da como resultado la existencia de correlación directa baja ($r=0,34$) entre la variable procrastinación académica y la segunda variable estrés académico. Por otra parte, en nuestro presente trabajo se obtuvo como

resultado un p- valor de 0.000, teniendo como significancia una correlación muy alta entre las variables.

Tenemos también el trabajo de Tapia y Sierra, (2021) titulado “Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de 4to grado de secundaria de la I.E.S J.E.C. Micaela Bastidas Chuquibambilla-Grauapurimac, 2021”. En el que tuvo como resultados una correlación significativa positiva modera con un coeficiente de 0.553 y un p valor de 0.004 de 53 estudiantes de 4to de secundaria entre procrastinación académica y ansiedad. Un resultado un poco bajo al tipo de correlación, esto debido a que se desarrolló en tiempo de pandemia y la aplicación tuvo que ser mediante las redes del internet, al cual no todo tuvieron acceso. Sin embargo, no opuesto al obtenido por el presente trabajo ya que se sacó una correlación significativa muy alta queriendo decir que, a más procrastinación mayor serán los síntomas de ansiedad.

CONCLUSIÓN Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

- Mediante la presente concluye que la variable de procrastinación académica se relaciona muy estrechamente y de forma significativa de alto grado con la variable de ansiedad en los estudiantes, esto, a partir de los resultados del coeficiente de Rho de spearman, siendo 0.958, con un $p= 0.000$ siendo menor al 0.05. Esto teniendo un significado de una correlación muy alta entre la procrastinación académica y ansiedad en los estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno – 2022, el cual indica que los estudiantes asumen mayor tendencia a la procrastinación y lo que resulte de esta, como la postergación de actividades que dentro de ellas viene presente la expectativa de no saber cómo empezar la actividad pendiente. La impulsividad que genera en la persona la conducta de tratar de reemplazar con diferentes actividades buscando bienestar en ellas; todos estos indicadores generan ansiedad por tener la motivación ni la iniciativa por temor a realizarlos equivocadamente o por simplemente no saber por dónde empezar.
- Se determinó que, después de la obtención de los resultados en el coeficiente de Rho de spearman con un 0.673 y un p valor de $0.001 < 0.05$ lo cual significa que presentan una correlación alta entre procrastinación académica y síntomas afectivos de la dimensión de ansiedad en los estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno – 2022. Es decir que mientras los estudiantes sigan con las conductas de procrastinación en consecuencia presentaran síntomas afectivos tales como: agobio, por los incesantes pensamientos rumiantes, sensación de temor por las consecuencias, miedo por perder el control, desesperanza, irritabilidad, tristeza, cambios de humor repentinos y dificultad para tomar decisiones.
- Se concluye que entre la procrastinación académica y los síntomas somáticos de la ansiedad existe una correlación significativa muy alta,

siendo que, en el coeficiente de Rho de spearman se sacó un 0.862 con un p valor de 0.000. Interpretando una correlación muy alta de procrastinación académica y los síntomas afectivos de la ansiedad en los estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno – 2022. Lo que significa que los estudiantes que presentan procrastinación académica por defecto tendrán que presentar síntomas somáticos como: el dolor encefálico, dorsal, estomacal, muscular; tics en el ojo o sensación de hormigueo por el cuerpo, sensación de palpitaciones, impulsividad de querer comer o falta de apetito, sensación de presión en el pecho, falta de aire, pérdida de memoria a corto plazo, problemas para conciliar el sueño y pesadillas.

- En última instancia de acuerdo con la investigación del presente trabajo se puede llegar a concluir que la procrastinación académica tiene una correlación significativa muy alta con la ansiedad, es decir, que la procrastinación académica siempre estará acompañada en menor o mayor medida de la ansiedad. De acuerdo con los estadísticos se pudo recopilar información de que los estudiantes mantienen tendencias de procrastinación y junto con ella los síntomas afectivos, que son menor incidencia y los síntomas somáticos los cuales se presentan en mayor incidencia en los estudiantes.

Recomendaciones

Tras elaborar la presente investigación consideramos necesario efectuar algunas recomendaciones, tanto a la dirección del plantel, como a docentes, padres de familia, alumnos y otros interesados en el tema de la postergación de actividades, la procrastinación que viene acompañada y su relación con la ansiedad.

- A través del estudio desarrollado, se pudo notar un número significativo de estudiantes que presentan rasgos de ansiedad, lo que como evaluadores próximos a abrazar la carrera de psicología nos parece preocupante, recomendamos la realización periódica de test para detectar a estudiantes con este tipo de trastorno y a nivel de la I.E. se adopten acciones para ayudar a estos estudiantes, del mismo modo, intervenciones a los familiares y docentes para explicar que la ansiedad no se trata de un enfermedad imaginaria o que no requiera de mayor atención.
- Otro hallazgo en esta investigación fue la somatización de la ansiedad (una de las dimensiones de la variable independiente) muchos estudiantes acusan fatiga, dolores corporales (mialgias) debilidad, inquietud, trastornos de sueño, rubor frecuente sudoración, el trabajo desarrollado en el plantel no definitivo y estos indicadores pueden deberse a otros factores incluso patologías o problemas fisiológicos, por lo que recomendamos un evaluación médica periódica a los estudiantes que puedan presentar esos signos.
- En cuanto a la ansiedad severa, intensa o de grado máximo que descubrimos, tras el estudio en algunos estudiantes, recomendamos coordinar con los integrantes del equipo de psicopedagogía para que nuevamente sean evaluados por el psicólogo del plantel y este a su vez tras su análisis profesional determine si sea necesario su derivación algún especialista.
- Sobre la procrastinación en los estudiantes, recomendamos charlas sobre el tema y la instalación de mesas de ayuda de parte de los mismos docentes, que les expliquen que es la procrastinación, sus consecuencias, pero, sobre todo las causas que la originan. Durante las semanas de

permanencia en el plantel, muchos docentes también se identificaron con este problema, asegurando que también ellos afrontan dificultades para regular las motivaciones y poder alcanzar procesos volitivos que los conduzcan a nuevos retos, en especial docentes nombrados, señalaban que a pesar de haberse fijado estudiar maestrías o segundas especialidades, no lo podían hacer justamente por este trastorno, por lo que sugerimos que el apoyo sea multidisciplinario y para toda la comunidad educativa, incluyendo a los padres de familia.

- Un hecho que preocupó a los aplicadores de esta prueba fue el rechazo por parte de algunos docentes, que a través de los siguientes comentarios: “eso se arregla con cuera” o “esos males lo crean los propios psicólogos” negaban la existencia de trastornos como la ansiedad, asegurando que antes nadie hablaba de estos temas. Si bien es cierto el estudio de este tipo de trastornos es reciente, aun no se le da la importancia debida, peor aún en localidades tan alejadas como Ajoyani, muchas veces se recurre a las creencias o al castigo físico para “curarlos”, por lo que sugerimos mayor trabajo por parte de las áreas de convivencia de la UGEL para que maestros y padres de familia puedan comprender lo que ocurre con estos muchachos.
- La necesidad que el maestro establezca metas de trabajo con sus estudiantes. cada vez que desarrolla experiencias de aprendizaje que requieran investigación, elaboración o adecuación. Estas metas no tienen que tener plazos exageradamente largos, sino que deben estar secuenciadas en etapas cortas, que según el cronograma deben ir cumpliéndose al ritmo del estudiante, pero respetando las fechas fijadas. En cuanto a las evaluaciones o exámenes, sugerimos que estas se realicen de manera práctica dejando de lado las tradicionales hojas de papel, además que estos sean establecidos de manera periódica, permanente o aplicando la evaluación formativa, para que el estudiante no se sienta sobrecargado en fechas, en donde tendrá que ser evaluado también, en otras áreas. En cuanto al estudio propiamente dicho, sugerimos al plantel que se brinde estrategias para mejorar la memorización, pero, que también se explique que es la inteligencia, como desarrollarla y todo el proceso cognitivo que

experimentan los estudiantes. Que a través de talleres, foros o mesas redondas expliquen a los educandos estrategias para estudiar en una determinada hora del día, como leer llegando a la concentración y los tiempos, pausas o espacios para la recreación.

- La obtención de una relación alta entre procrastinación académica y ansiedad no tiene por qué dirigirse a la suspensión de las tareas y/o actividades, sin embargo, se recomienda que las actividades sean interactivas dentro del plan de desarrollo de las clases en sus respectivas aulas. Debido a que diferentes estudiantes tienen limitado acceso al internet y pendientes con el hogar. Por otra parte, desarrollar el hábito de una agenda personal para los apuntes de sus tareas, realizarlas con tiempo de anticipación a más de dos días o uno mínimamente. Eso en el caso de la procrastinación. Si llegan a presentar ansiedad, se recomienda para bajar esos síntomas, música de relajación, respiración profunda.
- Si en muchos casos estamos en una era en donde los hijos pueden llegar a ponerle más atención a las herramientas tecnológicas que a los mismos pendientes que tengan, esta no debe ser enemigo de los padres de familia, sino que aprovechar este alcance para saber cómo llegar a ellos. La recomendación para los padres de familia es que desde pequeños se inculque un hábito para poder hacer sus actividades una por una, puede ser un horario o un calendario pegado en la habitación del estudiante. Con eso no nos referimos a que tengan que ser padres estrictos (golpes) sino que tengan en cuenta que la niñez es una etapa de aprendizaje para el futuro. Otra forma de motivar a los hijos a cumplir con sus actividades es dándoles motivadores verbales (“buen trabajo”, “lo hiciste de maravilla”, “eres el mejor”, “sé que tú puedes hacerlo”), motivadores de recompensa como dándoles un regalo o permiso de pasar un par de horas jugando en el celular, computadora o con sus amigos. Estas herramientas motivaran al estudiante a poder cumplir y concluir con sus actividades.
- Para los interesados en el tema recomendamos que tomen como punto de partida los enfoques conductuales de la procrastinación académica, ya que partiendo de estos temas podrán enriquecer y comprender a fondo la conductas y comportamientos que se vienen presentando en los

estudiantes. Otro punto importante es que consideren la zona en la que planean desarrollar su trabajo, puesto que las personas en diferentes contextos tienen a presentar o menos ansiedad o menos procrastinación y eso podría dificultar en el proceso de su trabajo de investigación.

- Si bien es cierto que el plantel donde cumplimos con esta investigación cuenta con un psicólogo, la mayoría de los planteles no cuentan con un profesional en la rama mental en esta provincia. Por lo que sugerimos su pronta contratación, ya que este compromiso fue asumido por varios gobiernos, pero hasta el momento no se da y la salud mental se ve cada vez más deteriorada, desde la infancia.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguay, M., y Villavicencio, J. (2022). *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes. Instituto Superior Tecnológico Japón. Santo Domingo de los Tsáchilas, 2021* [Universidad Nacional del Chimborazo]. <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/9295>
- Alessio, Angelina, y Main, Luciana. (2019). “*Ansiedad ante Exámenes y Procrastinación General y Académica en estudiantes universitarios de primer y último año de la carrera*” [Universidad Católica Argentina]. <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/10603/1/ansiedad-examenes-procrastinacion-general.pdf>
- Alvarez, L. (2012). *Motivation scale adolescent (EM1) based on the Motivational Model of McClelland Typology.* 17. <https://www.redalyc.org/pdf/1390/139025258006.pdf>
- Angarita, L. D. A. (2012). *Aproximación a un concepto actualizado de la procrastinación.* <https://reviberopsicologia.iberu.edu.co/article/view/rip.5209>
- Atalaya, C., y García, L. (2020). *Procrastinación: Revisión Teórica.* Revista de Investigación en Psicología, 22(2), 363-378. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v22i2.17435>
- Avia, D. (1992). *Conceptualización y tratamiento de problemas clínicos que tienen a la base trastornos de ansiedad.* 5. Departamento de Evaluación psicológica. Universidad Complutense.
- Borda, T. (2019). *Procrastinación y Trastorno Bipolar.* Alamac. <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/15248/1/procastinacion-trastorno-bipolar.pdf>
- Buitrón, P., y Gabriela, T. (2020). “*La impulsividad y la procrastinación relacionadas con el rendimiento académico de estudiantes universitarios*” 82. [Tesis para obtener la licenciatura en Psicología] Universidad Técnica de Ambato.
- Campo, A. (2009). *Estudio de la consistencia interna y estructura factorial de tres versiones de la escala de Zung para ansiedad.* Colombia Médica, 40.

- Cano-Vindel, A., Dongil, E., Salguero, J., y Wood. (2011). *Intervención cognitivo-conductual en los trastornos de ansiedad: Una actualización*. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6759325>
- Carrión, G. (2021). *Procrastinación laboral y ansiedad en los trabajadores de la red asistencial puno - ESSALUD en tiempos de COVID 19 en el año 2021 para optar el título profesional de licenciada en psicología* [Norbert Wiener]. https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/6528/T061_70310441_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Casasola, W. (2022). Revisión sistemática sobre procrastinación en estudiantes universitarios en el contexto latinoamericano. . . pp., 18. <https://ojs.unemi.edu.ec/index.php/faso-unemi/article/view/1552/1474>
- Castellanos, M. T., Guarnizo, C. A., y Salamanca, Y. (2011). *Relación entre niveles de ansiedad y estrategias de afrontamiento en practicantes de psicología de una universidad colombiana*. *International Journal of Psychological Research*, 4(1), 50-57. <https://doi.org/10.21500/20112084.797>
- Castillo, M. D. (2010). *Estrés y ansiedad. relación con la cognición*. 11. *Bibliosiquis*. <https://psiquiatria.com/bibliopsiquis/estres-y-ansiedad-relacion-con-la-cognicion/>
- Cevallos, E. (2019). *Relación entre la edad, año escolar y procrastinación académica en una muestra de adolescentes de una institución educativa en la ciudad de Salcedo*. [Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/2727/1/76895.pdf>
- Chigne, C. (2018). *Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes de una universidad nacional de Lima Metropolitana, 2018* [UCV]. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/8556/Chigne_MCO.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Chuquimbalqui, M., Mariel, D., Zurita, C., y Carlos, J. (2022). *Procrastinación y motivación de logro en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Privada los Toribianitos de ciudad Eten* [Tesis para obtener el grado

académico de: *Maestra en Psicología Educativa*]. 65. Universidad César Vallejo.

Chura, G., Calderón, S., Castro, M., y Verástegui, A. (2021). Procrastinación académica: *Un estudio descriptivo con estudiantes de secundaria*. *Apuntes Universitarios*, 11(4), 40-59. <https://doi.org/10.17162/au.v11i4.759>

Copelo, E. (2019). *Hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes universitarios en Lima Norte*. Universidad Lima Norte <https://casus.ucss.edu.pe/index.php/casus/article/view/161>

Córdova-Torres, P., y Alarcón-Arias, A. (2019). Hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes universitarios en Lima Norte. *CASUS. Revista de Investigación y Casos en Salud*, 4(1), 22-29. <https://doi.org/10.35626/casus.1.2019.161>

Delgado, E. C., Lara, M. F., y Arias, R. M. (2021). *Generalidades sobre el trastorno de ansiedad*. *Revista Cúpula* 5 (1): 23-36.

Díaz, I., y De la Iglesia, G. (2019). *Ansiedad: Conceptualizaciones actuales*. *Summa Psicológica*, 16(1). <https://doi.org/10.18774/0719-448x.2019.16.1.393>

Díaz, J. (2019). Procrastinación: Una Revisión de su Medida y sus Correlatos. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica*, 51(2). <https://doi.org/10.21865/RIDEP51.2.04>

Ebingen, V.-C., Karla, Z.-O., y Frank, W.-C. (2017). *El tamaño muestral para la tesis. ¿Cuántas personas debo encuestar?* 2(1), 4. <https://oactiva.ucacue.edu.ec/index.php/oactiva/article/view/175>

Espinosa, M. C., Orozco, L. A., y Ybarra, J. L. (2015). *Síntomas de ansiedad, depresión y factores psicosociales en hombres que solicitan atención de salud en el primer nivel*. *Salud mental*, 38(3), 201-208. <https://doi.org/10.17711/SM.0185-3325.2015.028>

Furlan, L. A. (2013). Eficácia de uma Intervenção para Diminuir a Ansiedade ante os Exames em Estudantes Universitários Argentinos. *revista colombiana de psicología*, 22, 15.

- Gálvez, J. (2020). *Relación entre Procrastinación Académica y Ansiedad-Rasgo, en estudiantes de 6to Semestre de la Licenciatura de Psicología en UDELAS, sede Panamá [De las Américas]*.
<http://repositorio2.udelas.ac.pa/handle/123456789/343>
- Garzón, A., y Gil, J. (2016). El papel de la procrastinación académica como factor de la deserción universitaria. *Revista Complutense de Educación*, 28(1), 307-324. https://doi.org/10.5209/rev_RCED.2017.v28.n1.49682
- Garzón, U. (2018). DIMENSIONES DE LA PROCRASTINACIÓN. *Revista Colombiana de Psicología*.
<https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/3137961?show=full>
- Gil, Melania Aracely, y Serquén, Viviana Nataly. (2016). Procrastinación y clima social escolar en estudiantes de secundaria de una institución educativa estatal. <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/3229>
- Giraldo, N., Lopez, G., y Santa, A. (2010). *Identificación de necesidades en los colaboradores operativos, en relación a los modelos de Maslow y McClelland de dos empresas representativas del sector textil confección en el área Pereira – Dosquebradas*. Universidad Católica Popular del Risaralda.
<https://repositorio.ucp.edu.co/bitstream/10785/64/1/CDM.AE.26.pdf>
- González, A. E., & Afanador, L. A. C. (2018). *Procrastinación académica, autorregulación del aprendizaje y ansiedad en estudiantes de recién ingreso a comunidades universitarias [Universidad Nacional Abierta y a Distancia Colombia]*.
<https://repository.unad.edu.co/bitstream/handle/10596/19280/1098662547.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Guerra, I. G. (2020). *Ansiedad ante los exámenes y procrastinación académica en estudiantes universitarios [Universidad Argentina de la Empresa]*.
<https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/10603/1/ansiedad-examenes-procrastinacion-general.pdf>

- H. Londoño, N., Jiménez, E., Juárez, F., y Marín, C. (2010). Componentes de vulnerabilidad cognitiva en el trastorno de ansiedad generalizada. *International Journal of Psychological Research*, 3(2), 43-54. <https://doi.org/10.21500/20112084.811>
- Herskovic, V., y Matamala, M. (2020). Somatización, ansiedad y depresión en niños y adolescentes. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 31(2), 183-187. <https://doi.org/10.1016/j.rmclc.2020.01.006>
- Luterek, J., Eng, W., y Heimberg, R. (2003). *Tratamiento cognitivo-conductual del trastorno de ansiedad social: Teoría y Práctica*. 7, 7. https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2020/04/09.Luterek_11-3oa-1.pdf
- Mamani, Y. (2021). *Procrastinación académica y logros de aprendizaje en el área de comunicación en estudiantes del sexto grado de la institución educativa primaria 70394 pucará* [Los Ángeles de Chimbote]. <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/26302>
- Medrano, M. (2017). *Procrastinación académica y estrés académico en estudiantes de una Universidad Pública de Lima, 2017* [Universidad Pública de Lima]. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/22195/Medrano_MML.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Mora, L. (2018). *Evaluación de una tarea de descuento temporal en estudiantes de la facultad de ciencias humanas que se encuentran en situación de rezago académico y presentan procrastinación académica*. [Tesis para optar el grado de Psicólogo]. Universidad Nacional de Colombia. <https://repositorio.unal.edu.co/handle/unal/68993>
- Ospina, F. del C., Hinestrosa, M. F., Paredes, M. C., Guzmán, Y., y Granados, C. (2011). Síntomas de ansiedad y depresión en adolescentes escolarizados de 10 a 17 años en Chía, Colombia. *Revista de Salud Pública*, 13(6), 908-920. <https://doi.org/10.1590/S0124-00642011000600004>
- Polo, Y. (2022). *“Procrastinación y estrés académico en estudiantes universitarios, Cajamarca, 2022”* [Privada del Norte].

<https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/31493/Polo%20Gormas%2c%20Yojhan%20Samuel.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Quant, D. M., y Sánchez, A. (2012). *Procrastinación académica: concepto e implicaciones*. Revista Dialnet. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4815146>

Querevalú, F., y Echabaudes, R. (2020). Procrastinación académica y ansiedad frente a los exámenes en estudiantes de 3° a 5° del nivel secundario en colegios de Lima. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 13(1), 79-87. <https://doi.org/10.17162/rccs.v13i1.1350>

Ramos, C., Jadán, J., Paredes, L., Bolaños, M., y Gómez, A. (2018). Procrastinación, adicción al internet y rendimiento académico de estudiantes universitarios ecuatorianos. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 43(3), 275-289. <https://doi.org/10.4067/S0718-07052017000300016>

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. <https://doi.org/10.15446/rcp.v26n1.53572>

Santiago, J., Etchebarne, I., Penedo, J. M. G., y Roussos, A. (2011). *Una perspectiva psicoanalítica sobre el trastorno de ansiedad generalizada. Raíces históricas y tendencias actuales*. *Revista de la Sociedad Argentina de Psicoanálisis* 14. 197-219.

Suarez, U. (2021). *Propiedades psicométricas de la escala de procrastinación académica (EPA) en adolescentes de una institución educativa de La Molina, 2021*. [Tesis para optar el grado de Título de Licenciado en Psicología]. Universidad César Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/91915/Trelles_SUP-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Tapia, S. M. M., y Sierra, M. C. M. (2021). *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de 4to grado de secundaria de la I.E.S. Micaela Bastidas Chuquibambilla-Grau Apurímac, 2021*. [Tesis para optar el grado de Título de Licenciado en Psicología]. Universidad Autónoma de Ica.

- Trujillo-Chumán, K., Noé-Grijalva, M., (2020). La Escala de Procrastinación Académica (EPA): Validez y confiabilidad en una muestra de estudiantes Peruanos. *Revista de Psicología y Educación - Journal of Psychology and Education*, 15(1), 98. <https://doi.org/10.23923/rpye2020.01.189>
- Zafra, O., Álvarez, A., y Redondo, B. (2009). *Ansiedad competitiva, percepción de éxito y lesiones: un estudio en futbolistas*. 16. *Revista Medicina Ciencias del Deporte* (9) 331 SSN: 1577-0354 <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista33/artansiedad107.htm>

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de Consistencia

OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE 1								
TÍTULO: Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno - 2023								
ESTUDIANTES: Manuel Villanueva Tuni y Fátima Jordana Villanueva Arenas								
VARIABLE	TIPO DE VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	N° DE ITEMS	VALOR FINAL	CRITERIOS PARA ASIGNAR VALORES
Procrastinación Académica	Variable independiente	La procrastinación es un patrón de comportamiento caracterizado por aplazar voluntariamente la realización de actividades que deben ser entregadas en un momento establecido	La procrastinación académica se evidencia en el nivel alcanzado de acuerdo al puntaje obtenido de las respuestas de Escala de procrastinación académica (EPA).	Auto regulación académica	Regulación de pensamientos Regulación de motivaciones	2,3, 4, 5, 8, 9, 10, 11, 12	Baja Procrastinación	Puntaje de la escala de procrastinación académica (EPA). 24-34
							Procrastinación Regular	Puntaje Escala de procrastinación académica (EPA). 35-45
				Alta procrastinación	Puntaje Escala de procrastinación académica (EPA). 46 a mas			
				Postergación de actividades	Expectativa Impulsividad Valoración	1, 6, 7,		

OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE 2

TÍTULO: Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Ajoyani, Puno - 2023

ESTUDIANTES: Manuel Villanueva Tuni y Fátima Jordana Villanueva Arenas

VARIABLE	TIPO DE VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	Nº DE ITEMS	VALOR FINAL	CRITERIOS PARA ASIGNAR VALORES
ANSIEDAD	Dependiente	<p>Muchas teorías se han establecido para definir realmente que es ansiedad, un término que fue acuñado por los griegos quienes le dieron una definición etimológica: proviene del latín <i>anxietas</i> que significa estado de agitación, inquietud o zozobra del ánimo Real Academia Española</p>	<p>La ansiedad se demuestra de acuerdo a los resultados de evaluación registrados en Escala de Automedición de la Depresión (EAMD) de William Zung y Zung</p>	Síntomas afectivos	<p>Desintegración mental</p> <p>Aprensión</p> <p>Intranquilidad</p>	01,02,03,04,05	Ansiedad dentro de los Límites normales	<p>Puntaje de la Escala de Automedición de la Depresión (EAMD) de William Zung y Zung</p> <p>30-45</p>
				Síntomas somáticos	<p>Taquicardia</p> <p>Mareos</p> <p>Desmayos</p> <p>Disnea</p> <p>Parestesias</p>	06,07,08,09,10,11,12,13,14,15,16,17,18,19,20	Ansiedad Moderada	<p>Puntaje de la Escala de Automedición de la Depresión (EAMD) de William Zung y Zung</p> <p>46-55</p>
							Asiendad severa	<p>Puntaje de la Escala de Automedición de la Depresión (EAMD) de William Zung y Zung</p> <p>56-70</p>

Anexo 2: Instrumento de medición

Para la variable: Procrastinación

FICHA TÉCNICA PROCRASTINACIÓN Escala de Procrastinación Académica (EPA):

I. DATOS GENERALES

Título original de la prueba: The academic procrastination scale

Título en español Escala de Procrastinación Académica

Autor Buzko

Año de elaboración 1998

Procedencia Estados Unidos

II: ADMINISTRACIÓN

Duración 15 minutos

Aplicación Adolescentes y adultos

Aspecto a evaluar Nivel de procrastinación

III. VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

Presenta una fiabilidad a través del coeficiente Alfa de Cronbach de ,86. Su adaptación al español por Álvarez (2010), con una fiabilidad a través del coeficiente Alfa de Cronbach de ,80. La administración de la escala es de forma individual o colectiva. Generalmente, la realización del cuestionario lleva entre 8 y 12 minutos, y en el caso del tiempo total no supera los 17 minutos.

Esto permite que se evalúe con fiabilidad la propensión hacia la procrastinación académica

Trujillo-Chumán et al., (2020)

IV. DESCRIPCIÓN DE LA PRUEBA

La Escala de procrastinación Académica es de fácil aplicación, únicamente se reúne a los sujetos que serán sometidos a la prueba, previamente se les informa las condiciones del trabajo. Este test fue adaptado para que se aplique exclusivamente a escolares pues solo consta de 12 items, por lo tanto, el adolescente deberá, con absoluta seriedad y sinceridad, responder cada una de las cuestiones que establece el documento, para poder conocer los niveles de procrastinación y descuido en las tareas académicas propuestas en un plantel.

V. ADAPTACIÓN

Investigación: La Escala de Procrastinación Académica (EPA): validez y confiabilidad en una muestra de estudiantes peruanos, Trujillo y Noé (2020)

Tesis: Comprensión lectora y procrastinación académica en estudiantes del sexto grado de la institución educativa primaria 72 723, Señor de Huanca Azángaro-Puno, Mullisaca (2020)

ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

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

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

Para la variable Ansiedad

SÍNTOMAS DE TRASTORNOS ANSIOSOS ÍTEMS DE CUESTIONARIO

I. DATOS GENERALES

Título original de la prueba: Self-Rating Anxiety Scale

Título en español: Escala de Autovaloración de Ansiedad

Autor: William Zung

Año de aplicación: 1971

Procedencia: Berlín

II. ADMINISTRACIÓN

Duración: 5 minutos

Aplicación: Adolescentes y adultos

Aspecto a evaluar: Nivel de ansiedad

III. VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

- Validez:

La correlación entre la puntuación de cada ítem y el total oscila entre 0.34 y 0.65.

- Fiabilidad:

Los coeficientes de correlación fueron estudiados por Zung. Entre ASI y

SAS es de 0,66 y entre ASI y Taylor Manifest Anxiety Scale de 0,33.

IV. DESCRIPCIÓN DE LA PRUEBA

La Escala de Autoevaluación de la Ansiedad de Zung comprende 20 relatos, cada uno de ellos describe manifestaciones características de la ansiedad, como síntoma o signo. Se le pide al encuestado que indique como se ha sentido en relación a la descripción de cada ítem en un periodo anterior a una semana. Las respuestas son cuantificadas en una escala del 1 al 4 en función de la intensidad, duración y frecuencia de los síntomas.

CONFIABILIDAD Y VALIDEZ

Zung (1965) valida las escalas (EAA y EAMD), en primer lugar, a un grupo de pacientes de Consultorio Externo en el DUKE PSYCRHIASTYK HOSPITAL, con diagnóstico de depresión, ansiedad y otros desórdenes de la personalidad. Los diagnósticos fueron establecidos separadamente por otros clínicos, obteniendo puntuaciones con escalas psicométricas standard, antes de la aplicación de ambas escalas. En todos los pacientes se encontró una alta correlación entre las puntuaciones obtenidas, y las recogidas con otras pruebas, se encontró así mismo diferencias significativas en relación con la edad, nivel educativo e ingresos económicos.

En 1968 se realizó la validación de tipo transcultural, aplicando las escalas en Japón, Inglaterra, Checoslovaquia, Australia y Alemania.

La autovaloración en dichos países era comparable, encontrando que existen diferencias significativas en un grupo de pacientes con diagnóstico de Depresión Aparente y Pacientes deprimidos. Se obtuvo un índice promedio de 74 pacientes con Diagnóstico de Depresión y en sujetos normales, un promedio de 33. En este mismo trabajo Zung delimitó sus niveles de cuantificación de la Ansiedad y la Depresión.

Utilizando la Escala de Síntomas Depresivos de Zung (1975) va a encontrar en Estados Unidos, que el 13% de los sujetos de su muestra van a presentar muchos síntomas depresivos. Al igual que en Zaragoza (1983). Se encuentra un 6.8% de sujetos con fuertes síntomas. La prevalencia de síntomas depresivos oscila entre 13 y 20 % de la población, según BOYD Y NEISSMAN (1982). Así mismo en España con la Escala de Síntomas de Zung, se encontró una prevalencia del 7%. Esto equivalía a una cifra de dos millones de adultos.

ESCALA DE ZUNG PARA LA ANSIEDAD					
	ITEMS	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
1	Se ha sentido últimamente más nervioso (a) y ansioso (a)				
2	Se ha sentido temeroso sin razón				
3	Se ha irritado fácilmente o ha sentido pánico				
4	Ha sentido que se está derrumbando				
5	Ha sentido que nada malo va a pasar / que todo va bien				
6	Se ha sentido tembloroso				
7	Le ha dolido el cuello, la espalda o la cabeza				
8	Se ha sentido débil y se cansa fácilmente				
9	Se ha sentido calmado (a) y puede mantenerse quieto (a)				
10	Ha sentido palpitaciones, taquicardia últimamente				
11	Se ha sentido últimamente mareado				
12	Se ha desmayado o ha sentido síntomas de desmayo				
13	Ha podido respirar con facilidad				
14	Ha sentido hormigueo /falta de sensibilidad en los dedos				
15	Ha sentido náuseas y malestar en el estómago				
16	Ha orinado con mayor frecuencia de lo normal				
17	Ha sentido sus manos secas y calientes				
18	Se ha ruborizado con frecuencia				
19	Ha dormido bien y descansado toda la noche				
20	Ha tenido pesadillas				
TOTAL, DE PUNTOS					

Anexo 3: Ficha de validación de instrumentos de medición

Variable procrastinación

Nombre del experto 1 : Magister Caterin Cespedes Condori

Nº de Colegiatura : 37439

Nombre del experto 2 : Mabel Victoria Cohaila Quispe

Nº de Colegiatura : 40051

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Ajoyani, Puno - 2022*

Nombre del Experto: Caterin Cespedes Condori

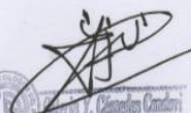
II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	✓	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	✓	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	✓	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	✓	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	✓	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	✓	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	✓	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	✓	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	✓	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	✓	

III. OBSERVACIONES GENERALES

Se concluye que el test que analicé sobre procrastinación es adecuado y pertinente

Caterin Cespedes Condori
Nombre:
No. DNI:


Caterin T. Cespedes Condori
PSICÓLOGA
C.Ps.P. 37439

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes del Quinto grado de la Institución Educativa las Mercedes, Puno - 2022*

Nombre del Experto: Mabel Cohaila Quispe

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	C	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	C	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	C	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	C	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	C	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	C	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	C	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	C	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	C	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	C	

III. OBSERVACIONES GENERALES

El test es pertinente

Nombre: Mabel Victoria Cohaila Quispe
No. DNI: 00515855



Mabel Victoria Cohaila Quispe
Mabel Victoria Cohaila Quispe
Psicóloga
C.Pa.P. N° 40051

Ficha de validación de instrumentos de medición

Variable Ansiedad

Nombre del experto 1 : Magister Caterin Cespedes Condori

Nº de Colegiatura : 37439

Nombre del experto 2 : Mabel Victoria Cohaila Quispe

Nº de Colegiatura : 40051

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes del Cuarto y Quinto grado de la Institución Educativa Ajoyani, Puno - 2022*

Nombre del Experto: Caterin Cespedes Condori

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	✓	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	✓	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	✓	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	✓	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	✓	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	✓	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	✓	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	✓	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	✓	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	✓	

III. OBSERVACIONES GENERALES

Se concluye que el test. de Ansiedad es pertinente

Caterin Cespedes Condori

Nombre:

No. DNI:


 Caterin Cespedes Condori
PSICÓLOGA
 C.Ps.P. 37439

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes del Quinto grado de la Institución Educativa las Mercedes, Puno - 2022*

Nombre del Experto: Cohila Quispe, Mabel

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

III. OBSERVACIONES GENERALES

El cuestionario es apropiado

Nombre: *Mabel Victoria Cohila Quispe*
No. DNI: *00515855*

Mabel Victoria Cohila Quispe
 Mabel Victoria Cohila Quispe
Psicóloga
C.Ps.P. N° 40051

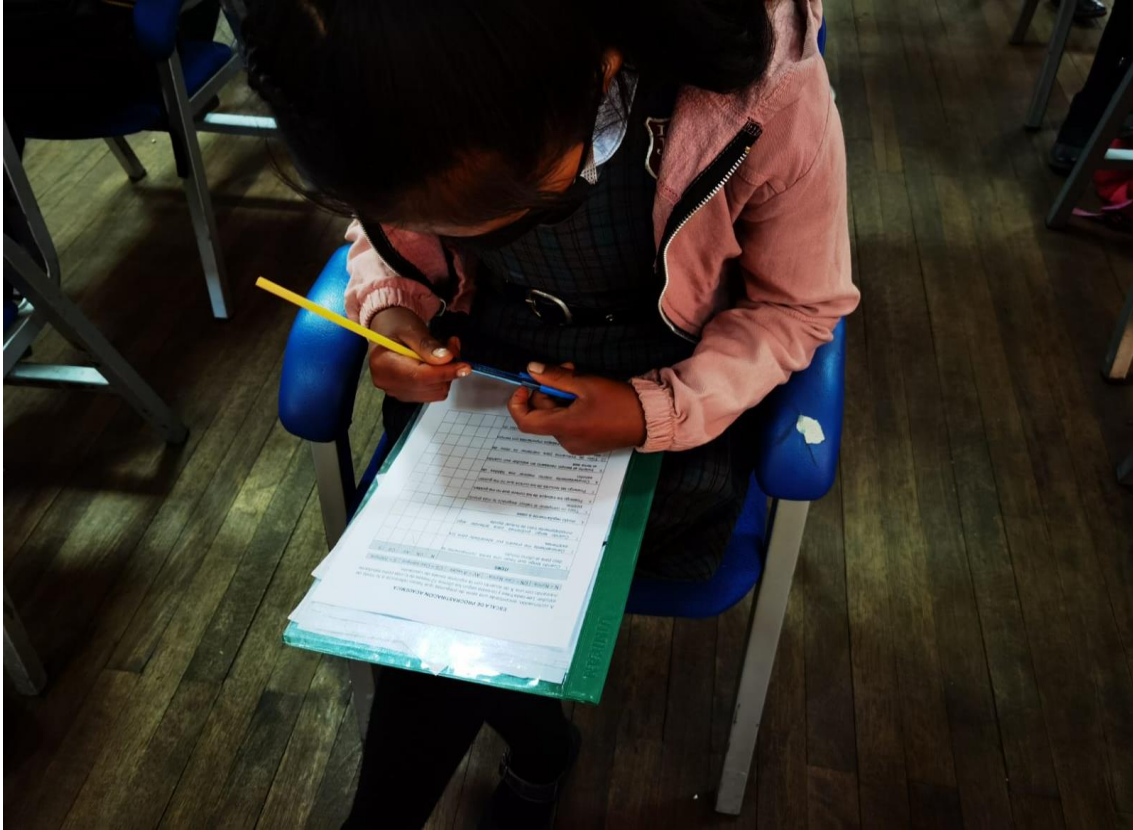
Anexo 5: Informe de Turnitin al 28% de similitud

INFORME DE ORIGINALIDAD

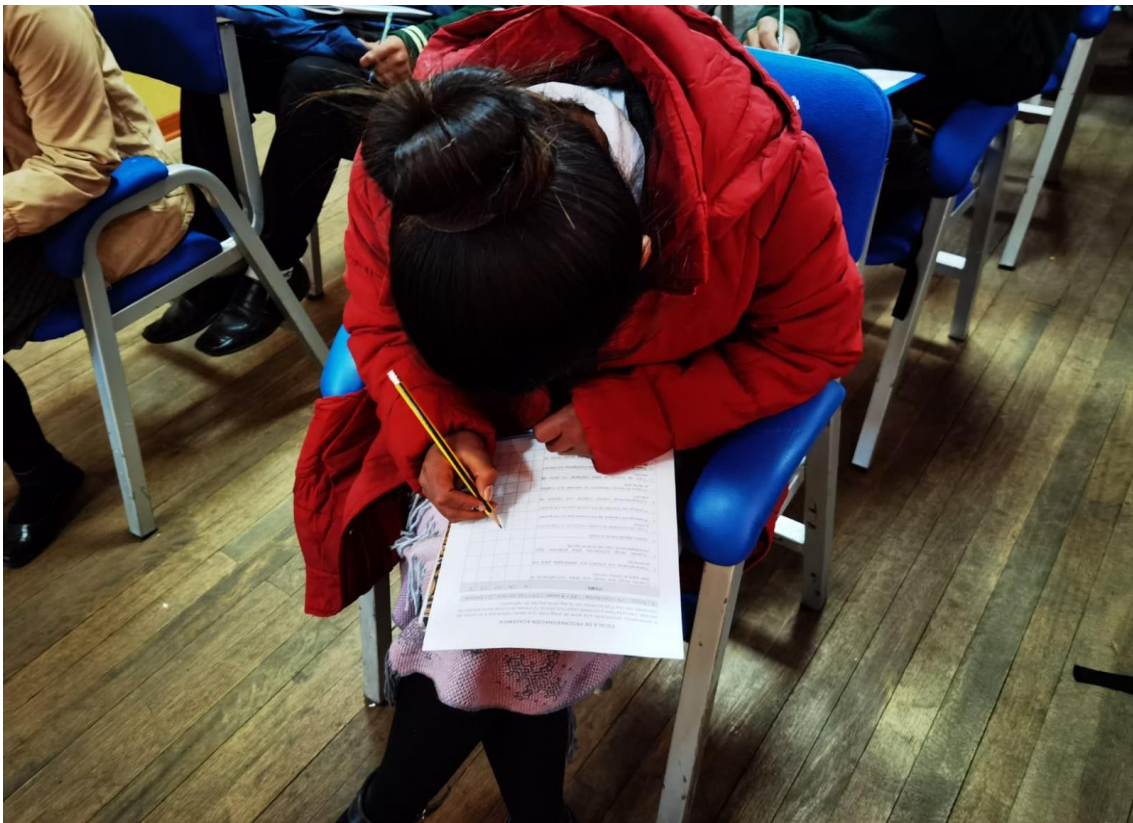
21 %	23 %	3 %	12 %
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.uct.edu.pe Fuente de Internet	2 %
2	repositorio.uladech.edu.pe Fuente de Internet	2 %
3	Submitted to Universidad Autónoma de Ica Trabajo del estudiante	2 %
4	www.ti.autonomadeica.edu.pe Fuente de Internet	2 %
5	repositorio.unh.edu.pe Fuente de Internet	2 %
6	dspace.unach.edu.ec Fuente de Internet	1 %
7	repositorio2.udelas.ac.pa Fuente de Internet	1 %
8	repositorio.uta.edu.ec Fuente de Internet	1 %
9	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1 %

Anexo 6: Evidencia fotográfica

Aplicación del test en los estudiantes



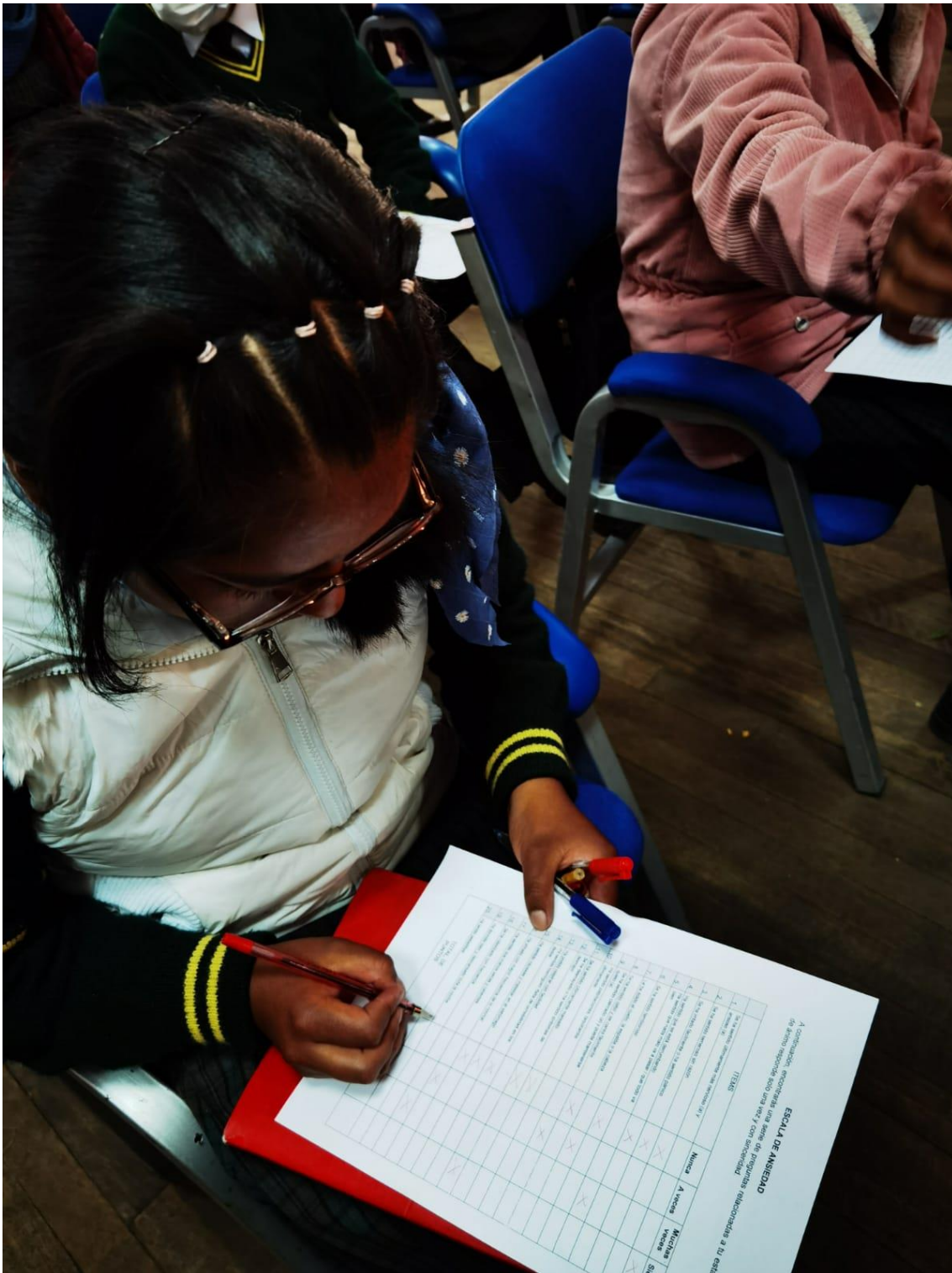
Aplicación del test en los estudiantes



Auditorio del plantel



Estudiante del quinto grado



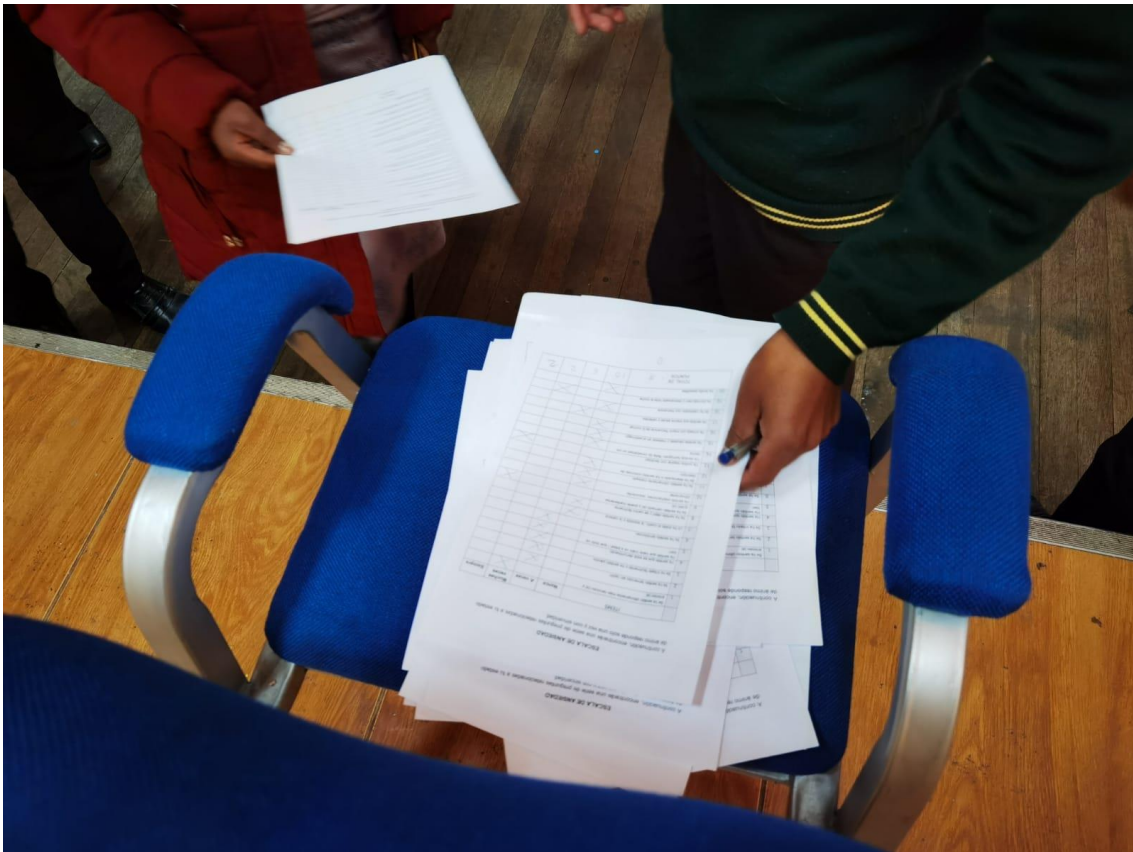
Escala de Ansiedad de Zung



Supervisando el desarrollo de los test



Entrega de los test de forma anónima



Recolección de los instrumentos utilizados



Recolección de los instrumentos utilizados



Charla previa a la aplicación de los test



Explicación de la procrastinación



Explicación de los alcances de la ansiedad