



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

**PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA
EDUCATIVA**

**Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en
estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de
Trujillo, 2022**

AUTORA:

Vásquez Garay, Lina Valentina (orcid.org/0000-0002-0972-1328)

ASESOR:

Mg. Merino Hidalgo, Darwin Richard (orcid.org/0000-0001-9213-0475)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Atención integral del infante, niño y adolescente

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Apoyo a la reducción de brechas y carencias en la educación en todos sus niveles

TRUJILLO – PERÚ

2022

Dedicatoria

A Dios y a la Virgen María

Por concederme el don de la vida y sostenerme en los momentos difíciles para no perder la esperanza y seguir mis sueños. Y a la Virgen María por cuidarme y enseñarme que todo se puede lograr si tenemos voluntad y fortaleza para seguir adelante.

A mi mami Elke

Gracias por siempre confiar en mí y apoyarme en este nuevo reto. Por acompañarme todas las noches mientras hacía mis trabajos, por tus consejos y explicaciones que me animaban a continuar cuando tenía dudas, por ello mami pude terminar con éxito esta etapa. Doy gracias a Dios porque me permitió ser tu hija. Este logro alcanzado es para ti, te amo mamita.

Agradecimiento

A Dios por siempre guiar mi camino y haberme permitido culminar con éxito este nuevo sueño, pues en él encontré la fuerza espiritual de poder continuar a pesar de mis miedos y dudas de enfrentarme a algo nuevo.

A la promotora, por brindarme la oportunidad de realizar mi trabajo de investigación con las estudiantes de su prestigiosa institución educativa.

A las estudiantes de quinto año que participaron voluntariamente, sin ellas no sería posible esta investigación.

A mi tía Juana y a mi prima Mayra, que a pesar de estar lejos me animaban a seguir este nuevo sueño. Gracias por compartir conmigo y mi mami este éxito.

A las amigas de mi mamá, mis tías de corazón, por sus palabras y su apoyo incondicional en todo momento.

Índice de contenidos

| | |
|--|------|
| Carátula..... | i |
| Dedicatoria..... | ii |
| Agradecimiento | iii |
| Índice de contenidos | iv |
| Índice de tablas | v |
| Índice de figuras..... | vi |
| Resumen | vii |
| Abstract..... | viii |
| | |
| I. INTRODUCCIÓN | 1 |
| II. MARCO TEÓRICO | 6 |
| III. METODOLOGÍA | 15 |
| 3.1. Tipo y diseño de investigación | 15 |
| 3.2. Variables y operacionalización | 16 |
| 3.3. Población, muestra y muestreo | 17 |
| 3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos | 18 |
| 3.5. Procedimientos | 18 |
| 3.6. Método de análisis de datos..... | 19 |
| 3.7. Aspectos éticos | 19 |
| IV. RESULTADOS | 21 |
| V. DISCUSIÓN..... | 27 |
| VI. CONCLUSIONES | 33 |
| VII. RECOMENDACIONES..... | 34 |
| | |
| REFERENCIAS | 35 |
| ANEXOS..... | 41 |

Índice de tablas

| | |
|---|----|
| Tabla 1 Nivel de adicción a las redes sociales por dimensiones | 21 |
| Tabla 2 Nivel de procrastinación académica por dimensiones | 22 |
| Tabla 3 Correlación entre la adicción a las RRSS y la dimensión aplazamiento de tareas de la procrastinación académica | 23 |
| Tabla 4 Correlación entre la adicción a las RRSS y la dimensión autorregulación escolar de la procrastinación escolar | 24 |
| Tabla 5 Correlación entre la procrastinación académica y la dimensión obsesión de las RRSS de la adicción a las RRSS..... | 24 |
| Tabla 6 Correlación entre la procrastinación académica y la dimensión falta de control personal de la adicción a las RRSS..... | 25 |
| Tabla 7 Correlación entre la procrastinación académica y la dimensión uso excesivo de las RRSS de la adicción a las RRSS | 26 |
| Tabla 8 Correlación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica | 26 |

Índice de figuras

| | |
|--|----|
| Figura 1 Nivel de adicción a las RRSS | 21 |
| Figura 2 Nivel de procrastinación académica | 22 |

Resumen

En el presente estudio se estableció como principal objetivo determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de quinto año de secundaria de una institución educativa de Trujillo, 2022, mediante un enfoque metodológico cuantitativo, de nivel correlacional, finalidad aplicada y diseño no experimental, tomando en cuenta como muestra a 223 estudiantes del quinto año de educación secundaria de una institución educativa pública en esta localidad. Para ello, se consideró como instrumentos de recolección de datos a la Escala de Adicción a las Redes Sociales [ARS] y la Escala de Procrastinación Académica [EPA], por lo que, luego de procesar los resultados se comprobó mediante la estadística inferencial, una significancia de ,019 a través del estadígrafo Rho de Spearman, concluyendo que sí existe una relación significativa entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en los estudiantes de quinto año de secundaria de una institución educativa de Trujillo, 2022, aceptando así la hipótesis de investigación, por lo que, al aumentar los niveles de adicción a las redes sociales en esta población de estudio provocará también un aumento leve en los niveles de procrastinación académica en los estudiantes.

Palabras clave: Redes sociales, adicción, procrastinación

Abstract

The main objective of the present study was to determine the relationship between addiction to social networks and academic procrastination in fifth year high school students of an educational institution in Trujillo, 2022, through a quantitative methodological approach, correlational level, applied purpose and non-experimental design, taking into account as a sample 223 fifth year high school students of a public educational institution in this locality. For this purpose, data collection instruments were considered as the Social Network Addiction Scale [ARS] and the Academic Procrastination Scale [EPA], so that, after processing the results, a significance of .019 through Spearman's Rho statistic was verified by means of inferential statistics, concluding that there is a significant relationship between addiction to social networks and academic procrastination in fifth year high school students of an educational institution in Trujillo, 2022, thus accepting the research hypothesis, so that, by increasing the levels of addiction to social networks in this study population will also cause a slight increase in the levels of academic procrastination in students.

Keywords: Social networks, addiction, procrastination

I. INTRODUCCIÓN

Las redes sociales (RRSS, sus siglas en lo adelante) son parte de una gran vertiente como lo son los medios para comunicarse remotamente, influyendo de gran manera en el desempeño de las personas (Guamán et al., 2018). Estas redes crean muchas oportunidades y amenazas para los estudiantes en varios campos. La adicción a éste fenómeno digital y la afección que tiene en el desarrollo escolar de los jóvenes que estudian, es la punta del iceberg para impulsar a muchos investigadores en la gran tarea de diseñar y realizar estudios y las diferentes actividades académicas que deben sacar (Daza, 2020).

Durante la última década, han surgido relevantes cambios en todo el mundo en la revolucionaria digitalización e internet, las RRSS y el número de usuarios. Las RRSS contienen espacios online y APP (aplicaciones) que permiten a los usuarios compartir contenido, ideas, opiniones, tendencias, manifestaciones sentimentales y experiencias tanto personales, sociales y como educativas (Fernández y Quevedo, 2018). También permiten la comunicación entre una amplia gama de usuarios a nivel mundial Instagram, Telegram, Facebook, Twitter, Skype y WhatsApp destacadas por ser las más populares y visitadas (Galeano, 2021).

Por otro lado, es bien sabido que las redes sociales cumplen un rol crucial en los entornos de aprendizaje como canal comunicativo clave y fuente de apoyo social (Esquivel y Silva, 2020). Muchos sitios web de redes sociales, como Edmodo, están diseñados específicamente para la enseñanza/aprendizaje (Universidad Internacional de La Rioja [UNIR], 2020). Las redes sociales tienen muchas ventajas en el aprendizaje, ya que proporcionan acceso en gran medida a la información y los recursos informativos, reducen las barreras a la interacción grupal y las telecomunicaciones, animan a los estudiantes al autoaprendizaje (Centro de Innovación, Especialización y Desarrollo [CIED], 2016), además de aumentar el compromiso y la motivación del alumno, mejorar el compromiso de los alumnos entre sí y con sus profesores (UNIR, 2020) y apoyar el aprendizaje activo y social.

En general, la aparición de nuevas tecnologías como Internet y las RRSS, además de brindar oportunidades para facilitar y mejorar la calidad de las comunicaciones globales, ha creado algunas amenazas (Hudgson y Hoy, 2018). Cuando el uso de

las redes sociales se gestiona mal, pueden tener consecuencias nada positivas individualmente y a nivel social. La adicción a RRSS vienen a ser consecuencias que pueden experimentar muchos usuarios de RRSS (Daza, 2020). Por tanto, el uso extensivo de las RRSS es una nueva modalidad de adicción suave en un comienzo; sin embargo, puede tornarse leve y hasta grave en ciertos casos (Astorga y Schmidt, 2019).

Este último año, devenida crisis sanitaria, se han incrementado redes sociales (Juste, 2021) como TikTok una de las aplicaciones más descargadas en España, como en territorio latinoamericano (Funes, 2020) en las que los jóvenes han accedido sin ningún tipo de control parental, ni restricción lo que conlleva a que se genere de un modo adicción a estos videos; en los que reciben comentarios sin filtros y asumen retos virales que pueden causar incluso daños psicológicos e incluso físicos (dependiendo del reto), tornándose esta situación en peligro (Pérez, 2021).

Organizaciones han enfatizado en el uso de la red de redes y RRSS, especialmente en estudiantes, lo cual se encuentra estrechamente asociada a la adicción por las RRSS. The United Nations Children's Fund (2017) en su informe anual pidió proteger a los niños de los contenidos y extremo uso del internet, dada las casi nulas medidas para protegerlos del peligro al navegar en el mundo digital y garantizar una llegada al contenido seguro en línea, y es que no solo es el peligro, si no la procrastinación y la adicción a estos entretenimientos o distracciones.

Estudios han comprobado que la procrastinación es un factor que tiene una gran incidencia en los estudiantes. El estudio de García y Silvia (2020) con el objetivo de validar el cuestionario psicométrico que mide la autorregulación académica y la procrastinación, mediante con ítems relacionados con esta variable y el uso de internet, confirmando la estructura bifactorial entre las mismas. Confirmando que lo que comienza por un entretenimiento básico puede terminar por entorpecer el desarrollo de las actividades de los individuos, especialmente la de los estudiantes.

Existen otras investigaciones producidas, en el que reportan un análisis de la relación entre postergar (procrastinar), dependencia (adicción) a la web y rendimiento escolar, aplicando en dos fases la metodología mixta. En el que se

manifiesta que necesariamente, estos estudios tienen estatus no concluyentes, dado que algunos afirman como positiva la influencia del uso del internet en el desempeño educativo, no obstante, hay reportes que indican la descripción de este comportamiento con la tecnología como negativo e influencia en las notas del alumno (Ramos et al., 2017).

Atalaya y García (2019) afirman acerca de este tema en el Perú, cuyo estudio evidenció un 20% de la población estudiantil de secundaria actuaban con procrastinación (n = 235), indiferentemente del sexo; o sea, ambos géneros procrastinan en porcentajes similares, de lo que evidencia que en el país este es un fenómeno que existe y que es una realidad asociada a factores que se determinarán bajo los esquemas sociales y psicológicos a estudiar.

A la luz de estas premisas, nació la idea de realizar este estudio que pretende centrarse en la asociatividad de las variables adicción a las RRSS y postergar académicamente (procrastinar), lo que comprende cumplir con una estructura investigativa, que a continuación se describe.

En el ente educativo que se tiene como objeto de estudio, se han registrado reportes por parte de los docentes, relacionados al comportamiento de los estudiantes y su relación al uso de los celulares, así también por el uso de las RRSS y el aplazamiento de los compromisos académicos adquiridos. Es una situación que conlleva a la preocupación por parte de directivos, docentes y los padres de estos jóvenes, quienes tienen obsesión por sus teléfonos y a su vez a los contenidos expuestos en las RRSS; lo que, a su vez, entran inmediatamente a surtir efecto la procrastinación académica, que no es otra que la postergación de sus actividades.

Es sabido que la tecnología en los últimos años, el internet es más usado por adolescentes y estudiantes, mediante los diferentes dispositivos de conexión (celulares, laptops, computadoras de escritorio, tablets), constituyen una fuente valiosa de información que aporta soluciones inmediatas a diferentes situaciones cotidianas de la vida; pero la otra cara de la moneda, su uso excesivo; el cual acarrea consecuencias negativas para los estudiantes, que comienza por bajo rendimiento escolar y a veces hasta la deserción. De esta forma, se presentó una

problemática preocupante que ameritó abocarse en materia de investigación, siendo una oportunidad para plantear soluciones y determinar mediante un estudio metodológico de las principales variables implicadas.

Por lo tanto, se formuló una interrogante problemática: ¿Qué asociatividad tiene la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en los estudiantes de quinto año de secundaria de una institución educativa (I.E.) de Trujillo, 2022? De ésta, se derivan otras interrogantes específicas, a saber: ¿Cuál es el nivel de adicción a las RRSS por dimensiones en los estudiantes de quinto año de secundaria de una I.E. de Trujillo, 2022?; ¿Cuál es el nivel de procrastinación académica por dimensiones en los estudiantes de quinto año de secundaria de una I.E. de Trujillo, 2022?; ¿Qué relación existe entre la adicción a las RRSS y la dimensión aplazamiento de tareas de la procrastinación escolar en los estudiantes de quinto año de secundaria de una I.E. de Trujillo, 2022?; ¿Qué relación existe entre la adicción a las RRSS y la dimensión autorregulación escolar de la procrastinación académica en los estudiantes de quinto año de secundaria de una I.E. de Trujillo, 2022?; ¿Qué relación existe entre la procrastinación académica y la dimensión obsesión de las RRSS de la adicción a las redes sociales en los estudiantes de quinto año de secundaria de una I.E. de Trujillo, 2022?; ¿Qué relación existe entre la procrastinación académica y la dimensión falta de control personal de la adicción a las RRSS en los estudiantes de quinto año de secundaria de una I.E. de Trujillo, 2022?; y ¿Qué relación existe entre la procrastinación académica y la dimensión uso excesivo de las RRSS de la adicción a las redes sociales en los estudiantes de quinto año de secundaria de una I.E. de Trujillo, 2022?

En la línea de justificación, sin duda esta producción tiene relevancia social fundamentada en la necesidad de indagar en el contexto estudiantil y el uso de las redes sociales, así también, su nivel de procrastinación académica, y ante ello, tomar mejores decisiones en su favor, y así evitar posibles resultados negativos que incidirían en su bienestar o su salud. Por otro lado, el estudio presentó implicancias prácticas, dado que estos temas son fundamentales en el ámbito educativo, siendo de utilidad, tanto para dicha institución educativa, como para otras del sector que busquen tomar medidas preventivas en función de los altos

niveles de adicción a las RRSS presentes en los jóvenes estudiantes, así como en cuanto a la procrastinación académica. Sobre la base de estas ideas, investigaciones como este ejemplar, servirán como referentes para proseguir indagando sobre el tema y las variables en estudio en lo sucesivo; dando una consecución a los conocimientos alcanzados, por lo que también resulta conveniente. Al mismo tiempo, es relevante metodológicamente ya que contará con instrumentos altamente consistentes y válidos que permiten evaluar la procrastinación académica y la adicción a las RRSS, logrando en lo sucesivo evaluar a los demás estudiantes de esta institución u otras.

En relación a la columna base del propósito que se persigue, se declara determinar la relación entre la adicción a las RRSS y la procrastinación escolar en estudiantes de quinto año de secundaria de una institución educativa de Trujillo, 2022. Derivando de forma específica: identificar el nivel de adicción; identificar el nivel de procrastinación; identificar la relación entre la adicción a las redes sociales y aplazamiento de tareas de la procrastinación escolar; identificar la relación entre la adicción a las RRSS y autorregulación académica; identificar la relación entre la procrastinación escolar y obsesión de las RRSS de la adicción a las RRSS; identificar la relación entre la procrastinación escolar y falta de control personal; e identificar la relación entre la procrastinación escolar y el uso excesivo de las RRSS; todo enfocado al objeto y población de estudio.

Considerando la descripción de la realidad problemática, así como en la evidencia de otro tipo de investigaciones con similar objetivo de estudio, se planteó como hipótesis que existe una relación directa entre la adicción a las RRSS y la postergación a nivel escolar en la población y objeto de estudio. De igual manera, se derivan las hipótesis específicas, a efectos de comprobar el nivel de adicción a las RRSS y su relación directa fundamentado en las dimensiones de: obsesión, falta de control personal, uso excesivo, aplazamiento de tareas, autorregulación académica; considerando los valores de ponderación: alto, medio y bajo.

II. MARCO TEÓRICO

Ahora bien, el sustento de la investigación se asienta en referencias bibliográficas o documentales, realizando una revisión de trabajos, tesis, artículos académicos y revistas científicas, preferiblemente arbitradas, para lograr una mayor confiabilidad. Se comenzó desde un ámbito internacional luego nacional y local, lo que permitirá establecer el conocimiento en un marco contextual que va de lo macro a lo micro haciendo una aproximación más real al objeto de estudio, a saber:

En el ámbito internacional, Morales (2020) ejecutó su trabajo con el propósito de describir la procrastinación dado el desconocimiento de este término en el área educativa. En el que los resultados más relevantes, encontraron un poco más 60% del grupo bajo estudio, mostraba comportamientos procrastinadores. Asimismo, la mayoría no se preparaba con suficiente tiempo para las realizar las pruebas correspondientes a los contenidos vistos, manifestando que preferían “trabajar mejor bajo presión”. En forma concluyente, se constató que hay procrastinación académica en general, aun cuando se trata de una procrastinación activa. Esta investigación tiene una relación con la presente ya que representa la búsqueda de analizar una de las variables inmersas en este estudio, como finalmente concluyeron.

En esta misma línea, García y Silva (2019) exponen en su trabajo el análisis acerca de las interacciones en línea y su incidencia en comportamientos procrastinadores en alumnos que desarrollan asignaturas en línea, en la que desarrollaron una investigación descriptiva no experimental, empleando instrumentos la Escala de Procrastinación Académica aplicado a 746 estudiantes de diferentes instituciones superiores del sureste de México. Por ende, estos resultados evidenciaron que los estudiantes en su mayoría no se consideran procrastinadores (60,0 %) y que la interacción con el internet tampoco afecta su actividad académica (40,8 %).

Asimismo, Fuertes y Armas (2018) en su trabajo, buscando evaluar la adicción a este tipo de aplicaciones, siguió el mismo proceso metodológico investigativo, se logró el resultado: el treinta y cinco por ciento tiene nomofobia moderada, el treinta y siete por ciento se entretiene horas (3-5) diarias en las RRSS, el cincuenta y cinco por ciento expresan mal humor de no estar conectados, sin lograr interactuar e

informarse con sus amigos remotos. Asimismo, el estudio arrojó que más del setenta y cinco por ciento tiene preferencias por el entorno virtual antes que la realidad. En conclusión, la utilización descomunal de RRSS, causa adhesión al igual que otro tipo de estupefacientes. Lo que contribuye a la dispersión de la unión social, dado el uso de las mismas se corrompe, básicamente por los jóvenes. Es un trabajo que se relaciona con el presente por estudiar una de sus variables, como lo es la adicción a RRSS,

Así también, Barraza y Barraza (2018) con su estudio estableció como pilar central determinar la relación entre estas variables (estrés y procrastinación) en un grupo de estudio de nivel media superior. Aplicando el instrumento de SISCO para el estudio del estrés dentro del contexto educativo consignando una muestra de trescientos estudiantes. Resultando indicadores diversos en los niveles de asociación y/o vínculo, fundamentados en sus atributos de manera individual o su valor general entre variables; por lo que se sugiere la revisión conceptual de la procrastinación.

En materia nacional, Gonzales y Mamani (2019) en una producción científica, desarrolló un estudio con un conjunto representado por 180 estudiantes, se encontró que evidentemente hay un vínculo proporcional entre las variables de estudio, en donde sus atributos (saliencia/ tolerancia/ cambios de humor/ conflicto/ síndrome de abstinencia/ recaída), son las principales características que contemplan dicha adicción. Determinando que, a mayor frecuencia de adicción a RRSS, es mayor la tendencia de procrastinación de los compromisos académicos por parte de los estudiantes.

En la misma línea, Paredes (2019) en su trabajo investigativo se enfocó en la búsqueda de encontrar la asociación generada entre ambas variables, la autora finaliza con las conclusiones refiriendo a los resultados: prevalecen varios niveles (bajo, medio y alto), de procrastinación escolar y adicción a las RRSS. Lo que para efectos de análisis y resultados inferenciales señalan vínculos significativos de efecto bajo y moderado ($p < .05$), por ende, la hipótesis nula es rechazada y aceptada la alternativa.

Por consiguiente, la investigación de Choquecota y Barrantes (2019) en la que los resultados al correlacionar ambas variables, arrojaron una correlación moderada, en cuanto mayor sea la adicción a la red de redes, mayor será la procrastinación académica en estos estudiantes; dadas las diferentes plataformas o aplicaciones que allí encuentran como entretenimiento y canal de comunicación con otros individuos de la misma edad.

En la misma línea, Cahuana (2019) publica un trabajo teniendo como propósito describir la relación entre las variables en cuestión, basado en un grupo bajo evaluación. Evidenciando hallazgos donde las variables presentaron una distribución paramétrica de sus datos, evaluando dicho objetivo con una fórmula coherente se evidenció una asociación directa de RRSS con la procrastinación en los estudiantes.

Por su lado, Cruz (2019) de manera similar, sostiene como resultado obtenido del estudio una vez realizado el análisis descriptivo y proceso numérico mediante la Rho de Spearman, arrojó la existencia de un vínculo proporcional entre ambas las dos variables aplicada a la población en cuestión. Dando a conocer la correlación de la adicción de RRSS y las habilidades sociales de los alumnos de secundaria, investigación que se relaciona con la presente y la intencionalidad de la autora de la relación a determinar.

A nivel local, Esquivel y Silva (2020) presentaron su producción sobre la adicción a las RRSS y procrastinación en estudiantes de una trujillana, en la que consiguen resultados de la existencia correlativa muy significativa de grado proporcional bajo dado un valor menor al ,01 entre las variables en estudio. Asimismo, predomina el nivel medio en adicción a las RRSS y el nivel alto en el hecho de postergar las actividades al menos de este grupo bajo evaluación.

En el mismo orden de ideas, Espinosa e Ibañez (2020) corresponden en esta producción en el que logran plasmar como objetivo determinar la correlación entre las variables que se vienen enunciando, resultando inversas con tamaño del efecto grande entre autorregulación escolar y la obsesión; efecto moderado con falta de control y uso excesivo; teniendo asimismo, correlaciones directas de proporción moderada entre postergación de acciones, con tamaño del efecto pequeño con el

uso excesivo. Es un estudio que tiene relación con la presente investigación, ya que aborda las variables principales y su correlación con estas dimensiones que derivan de las mismas y están asociadas directamente al comportamiento de los estudiantes.

Finalmente, Santa Cruz et al. (2018) en su trabajo buscaron encontrar la relación entre estas variables, las cuales arrojan los resultados, evidenciando que la población en estudio presentan un prevalencia moderada de procrastinación, así como también nivel medio en ansiedad. Concluyendo a ciencia cierta la presencia de un vínculo leve pero significativo entre las dos variables. Aun cuando no esté presente la variable redes sociales, es importante conocer esta relación, ya que el estrés parte también del uso excesivo de éstas.

En otro orden de ideas, se presentan las diferentes teorías de algunos autores, que sustentan el estudio y los conceptos respecto a ambas variables, a saber: en cuanto a la primera variable, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021), la define:

La adicción es un malestar cerebral crónico y recidivante que se define como la pérdida de control sobre la capacidad de abstenerse sistemáticamente de una actividad o sustancia (es decir, a la injerencia coercitiva de estupefacientes) a pesar de las consecuencias adversas, como las consecuencias vitales, los problemas familiares y laborales, los problemas legales y las complicaciones médicas. La adicción se manifiesta como comportamientos repetitivos que conducen a una recompensa, normalmente cuando la dopamina aumenta en las vías de recompensa del cerebro. (p.1)

Esto puede incluir el juego patológico, la compra o la ingesta excesiva de alimentos y las adicciones sexuales. Estas definiciones originadas en la medicina son validadas y aceptadas, sin embargo, la adicción no se refiere únicamente a la dependencia de sustancias como drogas (heroína, cocaína). Algunas adicciones también implican la incapacidad de dejar de participar en actividades como apostar, comer o trabajar.

Por otro lado, para la Asociación Americana de Medicina de la Adicción (ASAM, 2021) sostiene el concepto clínicamente de adicción citado por la Fundación Hay Salida (2020):

Es una necesidad física o psicológica de hacer, tomar o usar algo, hasta el punto en que podría ser dañino. La adicción se define como un trastorno crónico, con declinaciones representado por la indagación coercitiva de sustancias como narcóticos o alcohol, el uso frecuente pese a las secuelas perjudiciales y afecciones al cerebro. Es considerado también como una perturbación mental complicada, producida por la exigencia periódica de su consumo. (p. 1)

El contexto social de una persona, grupo o comunidad puede concebirse como una agregación de individuos. Algunos de ellos se comunican entre sí, mientras que otros no. El patrón de todos estos vínculos de comunicación se denomina red de comunicación o red social. Básicamente, dicha red indica quién se comunica con quién. Juntos, estos "vínculos de comunicación" constituyen una red de vínculos directos e indirectos entre las personas. El enlace o lazo de comunicación es la unidad básica de toda red de comunicación. Es el vínculo diádico de la comunicación interpersonal entre dos individuos.

En términos informáticos, el ciclón de las RRSS logra poner en contacto a usuarios (afectos a la tecnología) usando distintos canales: sitios web y diversas aplicaciones (APP), surgidas de la Web. Algunas plataformas y sitios (Facebook / MySpace/ Twitter / LinkedIn) son ejemplos de sitios de RRSS. Dada su novedosa y reciente salida, el concepto manejado de "red social" aún es muy vaga, por cuanto alcanza una velocidad de transformación constantemente y consecutiva, creciendo para adaptarse a un centenar potencial de usuarios. Solo Facebook, cuenta con más de 2,74 mil millones como usuarios a nivel global (Shum, 2021).

Durante el 2020 el mundo pasó un proceso sin precedentes a causa de la pandemia COVID-19, generando hábitos totalmente nuevos y desechando esquemas viejos, creando nuevos paradigmas. Es así que, el fenómeno de la adicción a las RRSS puede contribuir en gran medida a los entornos sociales inductores de dopamina que proporcionan los sitios de redes sociales.

Una adicción es una actividad que una persona realiza repetidamente en exceso y sin control, que causa secuelas negativas. Puede ser física (por ejemplo, el alcoholismo), emocional (depresión), mental (comer compulsivamente) o

comportamental (juego). La adicción puede deducirse porque la persona no puede controlar la conducta y se ve forzada a ayudarlos a detenerlo. Estas personas sienten que su vida se ha ido y que no pueden funcionar sin este hábito. Ahora bien, la definición de la adicción a las RRSS, “es una actividad de uso repetido que produce estrés cuando no se tiene acceso físico o tecnológico a Internet. Se documenta que en el mundo, se encuentran más de 750 millones de usuarios activos que pasan alrededor del 80% de su tiempo allí” (Arab y Díaz, 2015).

Las plataformas de RRSS como Facebook, Snapchat, Instagram, TikTok, Twitter, provocan los mismos circuitos neuronales que causa cualquier vicios (ISEP, 2020). El análisis representa un enfoque prometedor para comprender la influencia de los pares en contextos sociales más amplios. El análisis de RRSS se originó en el campo de la sociología y se basa en el mapeo de relaciones o vínculos entre diferentes individuos. Los individuos pueden estar vinculados entre sí a través de cualquier número de tipos de relaciones o asociaciones, de amigos, asociados o personas con las que pasan tiempo. Las RRSS generalmente se identifican pidiendo a las personas que nombren todos los lazos de su relación dentro de un contexto determinado. Luego, la red resultante se puede mapear creando una figura que represente a cada individuo con flechas o líneas que representen cada lazo social. Otro enfoque para identificar las redes sociales se basa en un proceso conocido como mapeo cognitivo-social.

Es así que, como principales dimensiones se tiene a: *obsesión por las redes sociales, ausencia de control personal* y *el uso en exceso de éstas*. En cuanto a la obsesión por ello, implica situaciones extremas, las funciones de las redes sociales suelen ser más críticas para la salud de un individuo que los factores estructurales, como el tamaño o el tipo de relaciones entre los miembros de la red social. Mientras que, la ausencia de control personal “inhabilidad para proporcionar una cantidad de tiempo dedicado a estar conectado y descuido de otras actividades importantes en consecuencia de ello” y su uso excesivo en dedicación a estar constantemente y dificultad para bajar ese tiempo” (Araujo, 2016, p. 52).

La palabra procrastinación; etimológicamente, deriva del verbo en latín *procrastinare*, postergar hasta mañana. La procrastinación se refiere a perder el tiempo antes de una fecha límite. La tendencia a procrastinar implica posponer el

trabajo que debe completarse para lograr un objetivo determinado, como mirar televisión en lugar de trabajar en un trabajo final. La procrastinación tiene un impacto negativo en la calidad del trabajo y está relacionada con una variedad de resultados físicos y psicológicos negativos (Lieberman, 2019). La procrastinación es un término tan antiguo como la humanidad. La procrastinación es una dificultad que se informa de manera generalizada en entornos cotidianos entre personas que, por lo demás, están psicológicamente sanas. Hasta el 20% de los hombres y mujeres adultos no clínicos informan que procrastinan crónicamente. Y aunque la procrastinación puede ofrecer a las personas un descanso temporal de una fecha límite próxima, “las consecuencias de la procrastinación son casi uniformemente negativas” (García y Silva, 2020, p. 1).

Una definición más concreta de procrastinación, es un retraso de algo que debería hacerse especialmente por descuido habitual, pereza o indecisión procrastinación es la acción o hábito de dejar las cosas para más tarde. Es cuando estás muy ocupado haciendo todo menos lo que debe hacerse ahora mismo. Es una actitud o hábito del sujeto que consiste en no hacer algo que debe ser hecho ahora, por descuidarlo hasta que sea demasiado tarde parchear una situación y/o prolongarla temporalmente (Atalaya y García, 2019).

Por su lado, Steel (2017) afirma que la procrastinación, es ubicua: “es una de las principales barreras que le impiden levantarse, tomar las decisiones correctas y vivir la vida de ensueño en la que ha pensado.”. Además de documentar las consecuencias de la procrastinación, los psicólogos han investigado las posibles razones por las que las personas procrastinan.

En este sentido, existen teorías asociadas a la procrastinación, tal es la teoría de la psicodinámica que afirma: “es el acto de posponer el trabajo sin ninguna razón en particular. Algunas guías y expertos dicen que está postergando cuando no está haciendo una tarea que debe completarse en un plazo determinado” Esa es una definición falsa. Implica que no estamos postergando mientras terminemos el trabajo. Si eso es cierto, la mayoría de la gente no pospone las cosas. Lo cual, por supuesto, no es cierto. De hecho, un estudio reciente, con 2219 encuestados, mostró que el 88 % de todas las personas admiten postergar al menos una hora al día. Eso es más preciso. ¿Por qué? Porque todos retrasamos o posponemos una

tarea sin una buena razón. “A veces, iniciamos una tarea o proyecto, pero terminamos retrasando el trabajo y no lo hacemos” (Ferrari et al. 2009, como se citó en Ayala et al., 2018, p.43).

La procrastinación consiste en posponer una tarea o un objetivo y hacer algo que es menos importante en su lugar. Es importante saber que la procrastinación es una parte normal del comportamiento humano (Arévalo, 2018). Aunque es un desafío común al que se enfrentan muchos estudiantes universitarios durante sus estudios, todos posponen las cosas en algún momento u otro. No obstante, si descubre que la procrastinación se interpone repetidamente en su progreso en el estudio o el trabajo, o lo lleva a sentirse estresado y abrumado, existen formas efectivas de manejarlo mejor.

Basada en los conceptos de estos autores, se presenta la definición de procrastinación: generalmente implica no tomar en cuenta una tarea poco agradable, con cierta importancia a tal punto, en lugar de una que sea más agradable o con menor grado de dificultad. La cantidad de oportunidades que ofrece el mundo de hoy es asombrosa. La sociedad moderna idolatra la libertad individual en la creencia de que cuanto más libres sean las personas, más felices serán. Entonces, ¿por qué la gente de hoy no es significativamente más feliz que en el pasado? Porque con más libertad para tomar nuestras propias decisiones y realizar nuestras acciones, nos hemos confundido fácilmente sobre lo que es prioritario, lo que es esencial y lo que no, y con lo que está bien y lo que está mal, y por lo tanto nos hemos desmotivado para hacer nada en absoluto; conduciendo a una reducción de la productividad y hacer que se pierda el logro de los objetivos (Atalaya y García, 2019).

Mientras se procrastina, siempre tiene un recordatorio de que se debe estar trabajando en algún lugar en el fondo de su mente, por lo que no puede estar completamente relajado. Sin mencionar que la procrastinación puede hacerte sentir como un perdedor y poco a poco se convierte la imagen de sí mismo en la de alguien que simplemente no puede hacer su trabajo. En consecuencia, la productividad de un individuo sufre mucho y con ella su potencial creativo y de ingresos. Hay muchos trucos y tácticas para ayudar a dejar de procrastinar, todo

dependerá de la voluntad y la sabiduría para dar esos pasos. Sin embargo, hay que pensar de qué tipo de procrastinación se trata (Azor, 2019).

Hay dos tipos de procrastinación, crónica y aguda. La procrastinación crónica tiene una causa psicológica profunda, fuerte y permanente que puede que no se elimine tan fácilmente. Se puede hacer, pero requiere paciencia y trabajo duro. Por otro lado, la procrastinación aguda puede ser causada incluso por pequeños cambios de humor o energía a lo largo del día, u otros pequeños desencadenantes psicológicos que no son una parte natural constante de su psique (como tener un mal día, por ejemplo). Por lo tanto, la procrastinación crónica y aguda debe tratarse de diferentes maneras (Atalaya y García, 2019).

Es así que, en cuanto a sus dimensiones, está conformada por dos aspectos, en relación a la Escala de Procrastinación Académica de Busko (citado en el Zegarra, 2019): *autorregulación académica* y *postergación de actividades*. La primera, ayuda a establecer de qué manera los estudiantes controlan sus comportamientos, motivaciones y pensamientos, por lo que aquellos que obtengan puntuaciones bajas en esta dimensión significa que tienen un alto nivel de procrastinación dado que no se autorregulan y viceversa. Asimismo, aquellos que tengan una alta puntuación en esta dimensión significa que estos estudiantes establecen metas académicas, monitorean y autorregulan sus pensamientos y acciones de acuerdo a las características del contexto (Zegarra, 2019).

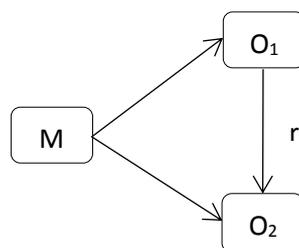
Además, de igual manera, de acuerdo con Zegarra (2019) la postergación de las actividades, ayuda a evaluar de qué forma los estudiantes posponen sus actividades del ámbito académico, remplazándolas por otras más agradables o que no implican mayor esfuerzo. Con el tiempo se vuelve un hábito negativo que hace a los estudiantes menos empeñosos y conlleva al no logro de metas, siendo en sí en principal determinante de la procrastinación académica.

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

Enmarcada en el fundamento, línea de investigación y objetivo a cumplir, está determinada por ser aplicada, considerando dar respuesta a una duda dentro de una institución educativa, la cual involucró a dos variables de estudio, de esta manera se tuvo implicancias prácticas en el campo real. De acuerdo con Toscano (2018) este tipo de investigaciones buscan dar solución a algún problema, pasando de lo teórico a lo práctico. Según el enfoque de investigación. Presenta un enfoque paradigmático cuantitativo, señalando el proceso numérico para contrastar o refutar la hipótesis planteada, utilizando principalmente el aspecto cuantitativo para demostrar ello (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

Según su nivel. Representada por un nivel correlacional que cubre el propósito elemental declarado como determinar la existencia de asociatividad de adicción a las RRSS y procrastinación académica de los estudiantes. Según Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) en este tipo de estudios la finalidad es comprobar si existe alguna asociación entre dos u otro número de variables. Ahora en referencia al diseño, por su naturaleza y despliegue, el estudio se toma características de diseño no experimental, transeccional, debido a la recolección de datos que se realizó sin manipular las variables y en un único momento. Este diseño se sintetiza bajo el esquema:



Dónde:

- M: Muestra: estudiantes de secundaria de una institución educativa
- O₁: Observación V1: Adicción a las redes sociales
- O₂: Observación V2: Procrastinación académica
- r: Relación

3.2. Variables y operacionalización

Variable 1: Adicción a las RRSS.

Definición conceptual: Es una enfermedad cerebral crónica y recidivante que se define como la pérdida de control sobre la capacidad de abstenerse sistemáticamente de una actividad o sustancia (es decir, el consumo compulsivo de drogas) a pesar de las consecuencias adversas, como las consecuencias vitales, los problemas familiares y laborales, los problemas legales y las complicaciones médicas. (OMS, 2021)

Definición operacional: Para medir esta variable, se tomó en cuenta la Escala de Adicción a las RRSS [ARS], la cual consta de 24 ítems distribuidos en tres dimensiones.

Indicadores: Compromiso mental con las RRSS, ansiedad, preocupación, descuido de los amigos o familiares, descuido de las tareas y/o estudios, control y frecuencia de uso.

Escala de medición: Ordinal

Variable 2: Procrastinación académica

Definición conceptual: es un retraso de algo que debería hacerse especialmente por descuido habitual, pereza o indecisión procrastinación es la acción o hábito de dejar las cosas para más tarde. Es cuando estás muy ocupado haciendo todo menos lo que debe hacerse ahora mismo. Es una actitud o hábito del sujeto que consiste en no hacer algo que debe ser hecho ahora, por descuidarlo hasta que sea demasiado tarde parchear una situación y/o prolongarla temporalmente (Atalaya y García, 2019).

Definición operacional: Para efectos de su medición, se tomó en consideración la Escala de Procrastinación Académica [EPA], contenido de 12 enunciados (afirmaciones o negaciones) distribuidos en dos dimensiones.

Indicadores: Organización, desarrollo de actividades, planificación, responsabilidad y control.

Escala de medición: Ordinal

3.3. Población, muestra y muestreo

Población

Se cubrió con un número de 525 estudiantes del 5to grado de educación secundaria de una institución educativa pública de la ciudad de Trujillo, de acuerdo al registro de matriculados en el año 2022.

Criterios de inclusión: Se tomó en cuenta a aquellas estudiantes que estuvieron matriculados en el periodo académico 2022 y se encontraron cursando el quinto grado, asimismo, a aquellas que deseen libremente participar del estudio.

Criterios de exclusión: Se descartaron a aquellos estudiantes que se negaron a participar del estudio, no asistieron el día en que se recolectaron los datos o no brindaron su consentimiento y a aquellos estudiantes que se encuentran cursando estudios en dicha institución pero que no estuvieron en quinto grado de secundaria.

Muestra

Se ejecutó la fórmula de cálculo de muestra para poblaciones finitas, obteniendo un total de 223 estudiantes del quinto año de educación secundaria de una institución educativa pública de la ciudad de Trujillo, como parte de la muestra en la presente investigación. El procedimiento se muestra a continuación:

$$n = \frac{Z^2 \times p \times q \times N}{(N - 1) \times e^2 + Z^2 \times p \times q}$$

Donde:

n = muestra

Z = nivel de confianza (1.96)

p = probabilidad de éxito (0.5)

q = probabilidad de fracaso (0.5)

e = error máximo (0.05)

N = tamaño de la población (525)

$$n = \frac{1.96^2 \times 0.5 \times 0.5 \times 525}{(525 - 1) \times 0.05^2 + 1.96^2 \times 0.5 \times 0.5}$$

$$n = 223$$

Muestreo

Tomando en cuenta el muestreo probabilístico aleatorio simple, en la que tienen igual probabilidad de ser seleccionados, el total de participantes.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

En esta fase se decide utilizar la encuesta soportada en los instrumentos elaborados (cuestionarios) previamente validados y con alto grado de consistencia interna. El primero se titula “Escala de Adicción a las RRSS–ARS”, consta de 24 ítems, se encontró en escala ordinal y presentó tres dimensiones: obsesión por las redes sociales, falta de control personal y uso excesivo de las redes sociales. Además, presentó evidencias de validez por constructo, con un KMO de 0,95 y esfericidad de Bartlett menor a 0,01. Asimismo, presentó un X^2 de 4313.9 y $p < 0,001$. En cuanto a su confiabilidad, presentó un índice de alfa de Cronbach de 0,95, con valores similares en cada una de sus dimensiones: factor 1 ($\alpha=0,91$), factor 2 ($\alpha=0,88$) y factor 3 ($\alpha=0,92$).

En cuanto al instrumento número dos titulado “Escala de Procrastinación Académica – EPA”, consta de 12 ítems, se encontró en escala ordinal y presentó dos dimensiones: aplazamiento de tareas y autorregulación académica. Además, presentó evidencias de validez por constructo a través del análisis confirmatorio, con índice RMSEA=0,08, CFI=0,90, AIC=164.41, con cargas factoriales menores a 0,30. En cuanto a su confiabilidad, presentó un índice de alfa de Cronbach de 0,77, con valores similares en cada una de sus dimensiones: factor 1 ($\alpha=0,76$) y factor 2 ($\alpha=0,73$).

3.5. Procedimientos

En primer lugar, se tuvo una reunión previa con la promotora de la institución educativa con la finalidad de coordinar las fechas para que se apliquen los instrumentos de recolección, tomando en cuenta el consentimiento informado a los padres dada la edad de sus hijos menores. En segundo lugar, se coordinó con el docente de curso que estuvo a cargo de los estudiantes

la fecha pactada, para brindar un determinado tiempo en la aplicación de dichos instrumentos, en tercer lugar, se les explicó a los estudiantes la forma de llenado de los instrumentos, los mismos que fueron llenados a través de la aplicación Google Forms. Finalmente, una vez corroborada la data, se procedió a agradecer a los participantes y al docente de curso por su tiempo y participación.

3.6. Método de análisis de datos

Particularmente, para el procedimiento se empleó; tanto la estadística descriptiva como la inferencial. La primera de ellas, a fines de responder a los dos primeros objetivos declarados, haciendo uso del análisis a partir de la distribución de frecuencias mostradas en tablas y gráficos de barras. Mientras que, la estadística inferencial se utilizó para contrastar las hipótesis específicas, en línea con el tercer, cuarto, quinto, sexto y séptimo objetivo específico y para contrastar la hipótesis general mediante el uso de la fórmula estadística Rho de Spearman a raíz de la distribución de los datos [Anexo 3]. Es preciso señalar, que en ambos casos fue propicio utilizar el software estadístico SPSS versión 27.

3.7. Aspectos éticos

En consideración a este criterio, se desarrolló en función de los principios del código de ética de esta prestigiosa casa de estudios, principalmente respetando el de integridad, el cual señala la importancia de promover respecto por los derechos de los participantes. Luego, en cuestión del principio de confidencialidad, los datos utilizados fueron de uso exclusivo para uso de la investigación, considerando también el principio de autonomía del grupo evaluado, teniendo la capacidad de elegir su cooperación mediante el consentimiento informado; es decir, por medio de una participación voluntaria, ya que no fueron coaccionados y sabiendo que podían retirarse si no deseaban participar. Asimismo, los datos obtenidos fueron confiables y no han sido manipulados, además, los instrumentos

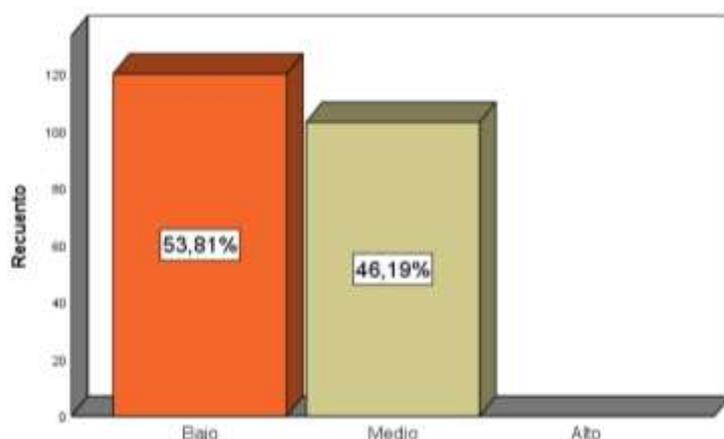
contaron con validez y confiabilidad. Así también, se consideró el principio de integridad y beneficencia, procurando el bienestar de los participantes por encima de cualquier otro objetivo perseguido en la investigación. Se usó el estilo APA para citar, bajo el principio de probidad y respeto a la política anti plagio.

IV. RESULTADOS

Objetivo específico 1: Identificar el nivel de adicción a las RRSS por dimensiones en los estudiantes de quinto año de secundaria de la institución educativa.

Figura 1

Nivel de adicción a las RRSS



Nota. Datos procesados a partir de los resultados de la Escala de Adicción a las RRSS – ARS

En el elemento Figura 1, se observa que el nivel de adicción a las RRSS es bajo en los estudiantes al 53,8%; mientras que, el 46,2% presenta niveles medios. No obstante, ningún estudiante evaluado presenta altos niveles de adicción.

Tabla 1

Nivel de adicción a las redes sociales por dimensiones

| Dimensión | Nivel | n | % |
|--|-------|-----|------|
| D1: Obsesión por las redes sociales | Bajo | 125 | 56,1 |
| | Medio | 96 | 43,0 |
| | Alto | 2 | ,9 |
| D2: Falta de control personal | Bajo | 148 | 66,4 |
| | Medio | 75 | 33,6 |
| | Alto | 0 | 0,0 |
| D3: Uso excesivo de las redes sociales | Bajo | 79 | 35,4 |
| | Medio | 134 | 60,1 |
| | Alto | 10 | 4,5 |

Nota. Datos procesados a partir de los resultados de la Escala de Adicción a las Redes Sociales – ARS

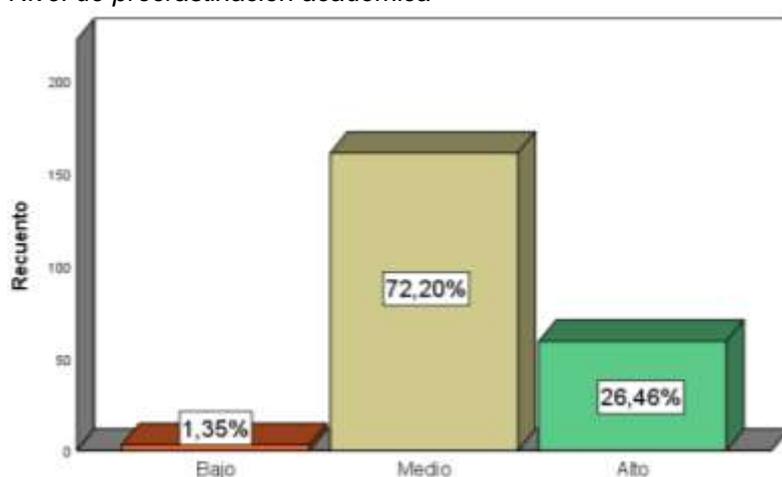
Se observa que en cuando a las dimensiones de esta variable, el 56,1% de ellos muestra niveles bajos de obsesión por las RRSS, el 43,0% niveles medios y el 0,9%

niveles bajos. Mientras tanto, un 66,4% presenta niveles bajos de falta de control personal y un 33,6% niveles medios de ello. Además, el 60,1% presenta niveles medios respecto al uso excesivo de las RRSS, el 35,4% niveles bajos y apenas el 4,5% niveles altos.

Objetivo específico 2: Identificar el nivel de procrastinación académica por dimensiones en los estudiantes de quinto año de secundaria de una institución educativa de Trujillo.

Figura 2

Nivel de procrastinación académica



Nota. Datos procesados a partir de los resultados de la Escala de Procrastinación

En ambos elementos, se puede observar que el nivel de procrastinación académica en los estudiantes de quinto año de secundaria de una institución educativa de Trujillo es medio de acuerdo al 72,2%; mientras que, el 26,5% presenta niveles altos de procrastinación académica y un 1,3% niveles bajos.

Tabla 2

Nivel de procrastinación académica por dimensiones

| Dimensión | Nivel | n | % |
|-------------------------------|-------|-----|------|
| D1: Aplazamiento de tareas | Bajo | 110 | 49,3 |
| | Medio | 106 | 47,5 |
| | Alto | 7 | 3,1 |
| D2: Autorregulación académica | Bajo | 4 | 1,8 |
| | Medio | 87 | 39,0 |
| | Alto | 132 | 59,2 |

Nota. Datos procesados a partir de los resultados de la Escala de Procrastinación Académica - EPA

Se evidencia que, a partir del análisis por dimensiones de esta variable, un 49,3% de ellos presenta niveles bajos en cuanto al aplazamiento de las tareas, el 47,5% niveles medios y el apenas 3,1% niveles altos. Por otro lado, la dimensión autorregulación académica presenta niveles altos de acuerdo al 59,2%, seguido del 39,0% con niveles medios y escasamente el 1,8% muestra niveles bajos.

Objetivo específico 3: Identificar la relación entre la adicción a las RRSS y la dimensión aplazamiento de tareas de la procrastinación académica en el grupo de estudio.

Tabla 3

Correlación entre la adicción a las RRSS y la dimensión aplazamiento de tareas de la procrastinación académica

| Variable | Rho de Spearman | D1: Aplazamiento de tareas |
|-----------------------------------|-----------------|----------------------------|
| V1: Adicción a las redes sociales | Coeficiente | ,228 |
| | Significancia | ,001 |
| | Muestra | 223 |

Nota. La correlación es significativa (<,05)

Se logra apreciar arriba, una significancia de ,001, por lo que se acepta la hipótesis afirmativa y se rechaza la hipótesis nula. Por lo tanto, existe evidencia estadística de una relación significativa entre la adicción a las redes sociales y la dimensión aplazamiento de tareas de la procrastinación académica en los estudiantes de quinto año de secundaria de una institución educativa de Trujillo. Dicha correlación presenta un coeficiente de ,228 ($.20 < \text{coef.} < .39$), resultando un grado positivo bajo, es decir que al aumentar los niveles de adicción a las redes sociales en esta población de estudio se incrementará también, de manera leve, el aplazamiento o retraso de las tareas en los estudiantes.

Objetivo específico 4: Identificar la relación entre la adicción a las redes sociales y la dimensión autorregulación académica de la procrastinación académica en la población evaluada.

Tabla 4

Correlación entre la adicción a las RRSS y la dimensión autorregulación escolar de la procrastinación escolar

| Variable | Rho de Spearman | D2: Autorregulación académica |
|-----------------------------------|-----------------|-------------------------------|
| V1: Adicción a las redes sociales | Coeficiente | -,144 |
| | Significancia | ,032 |
| | Muestra | 223 |

Nota. La correlación es significativa ($<,05$)

Se logra evidenciar una significancia de ,032, por lo que se acepta la hipótesis afirmativa y se rechaza la hipótesis nula. Por lo tanto, existe evidencia estadística de una relación significativa entre la adicción a las RRSS y la dimensión autorregulación académica de la procrastinación académica en los estudiantes de quinto año de secundaria de una I.E.. Dicha correlación presenta un coeficiente de -,144 ($-,01 < \text{coef.} < ,19$), resultando un grado negativo muy bajo, es decir que al aumentar los niveles de adicción a las redes sociales en esta población de estudio, se tendrá una disminución de la autorregulación académica o control académico en los estudiantes.

Objetivo específico 5: Identificar la relación entre la procrastinación académica y la dimensión obsesión de las RRSS de la adicción a las redes sociales en el grupo estudiado.

Tabla 5

Correlación entre la procrastinación académica y la dimensión obsesión por las RRSS de la adicción a las RRSS

| Variable | Rho de Spearman | D1: Obsesión por las redes sociales |
|-------------------------------|-----------------|-------------------------------------|
| V2: Procrastinación académica | Coeficiente | ,155 |
| | Significancia | ,020 |
| | Muestra | 223 |

Nota. La correlación es significativa ($<,05$)

En este sentido, se aprecia una significancia de ,020, por lo que se acepta la hipótesis afirmativa y se rechaza la hipótesis nula. De esta forma, existe evidencia estadística de una relación significativa entre la procrastinación escolar y la dimensión obsesión de las RRSS de la adicción a las redes sociales en los estudiantes de quinto año de secundaria de una I.E. Dicha correlación presenta un coeficiente de ,155 ($.01 < \text{coef.} < .19$), resultando un grado positivo muy bajo, es decir que al aumentar los niveles de procrastinación académica en esta población de estudio, aumentará también la obsesión por las redes sociales en los estudiantes.

Objetivo específico 6: Identificar la relación entre la procrastinación académica y la dimensión falta de control personal de la adicción a las redes sociales en los estudiantes de quinto año de secundaria de una institución educativa de Trujillo.

Tabla 6

Correlación entre la procrastinación académica y la dimensión falta de control personal de la adicción a las RRSS

| Variable | Rho de Spearman | D2: Falta de control personal |
|-------------------------------|-----------------|-------------------------------|
| V2: Procrastinación académica | Coeficiente | -,158 |
| | Significancia | ,018 |
| | Muestra | 223 |

Nota. La correlación es significativa ($< .05$)

Los resultados para este objetivo, revelan una significancia de ,020, por lo que se acepta la hipótesis afirmativa y se rechaza la hipótesis nula. En tal sentido, existe evidencia estadística de una relación significativa entre la procrastinación académica y la dimensión falta de control personal de la adicción a las RRSS en los estudiantes de quinto año de secundaria de una I.E. Dicha correlación presenta un coeficiente de -,158 ($-.01 < \text{coef.} < -.19$), resultando un grado negativo muy bajo, es decir que al aumentar los niveles de procrastinación académica en esta población de estudio, disminuirá el control personal de los alumnos.

Objetivo específico 7: Identificar la relación entre la procrastinación académica y la dimensión uso excesivo de las RRSS de la adicción a las redes sociales.

Tabla 7

Correlación entre la procrastinación académica y la dimensión uso excesivo de las RRSS de la adicción a las RRSS

| Variable | Rho de Spearman | D3: Uso excesivo de las redes sociales |
|-------------------------------|-----------------|--|
| V2: Procrastinación académica | Coefficiente | -,116 |
| | Significancia | ,085 |
| | Muestra | 223 |

Nota. La correlación no es significativa ($>,05$)

En cuanto a esta relación, se aprecia una significancia de ,085, por lo que se rechaza la hipótesis afirmativa y se acepta la hipótesis nula. No obstante, no existe evidencia estadística de una relación significativa entre la procrastinación académica y la dimensión uso excesivo de las RRSS de la adicción a las redes sociales en los estudiantes de quinto año de secundaria de una I.E.

Objetivo general: Determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes.

Tabla 8

Correlación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica

| Variable | Rho de Spearman | V2: Procrastinación académica |
|-----------------------------------|-----------------|-------------------------------|
| V1: Adicción a las redes sociales | Coefficiente | ,157 |
| | Significancia | ,019 |
| | Muestra | 223 |

Nota. La correlación es significativa ($<,05$)

En la prueba de hipótesis general, se aprecia una significancia de ,019, por lo que se acepta la hipótesis afirmativa y se rechaza la hipótesis nula. Evidenciando estadística de una relación significativa entre la adicción a las RRSS y la procrastinación académica el conjunto estudiado. Dicha correlación presenta un coeficiente de ,157 ($,01 < \text{coef.} < ,19$), resultando un grado positivo muy bajo, es decir que al aumentar los niveles de adicción a las RRSS en esta población de estudio provocará también un aumento leve en los niveles de procrastinación académica en el grupo evaluado.

V. DISCUSIÓN

Como principal objetivo se indagó en cuanto la relación entre la adicción a las RRSS y la procrastinación académica en una población perteneciente al quinto año de secundaria de una I.E. de Trujillo, 2022, tomando en cuenta a 223 estudiantes del quinto año de educación secundaria de una institución educativa pública en esta localidad, por lo que, luego de procesar los resultados y sistematizarlos en el software estadístico SPSS, permitió comprobar mediante la estadística inferencial que sí existe una relación significativa entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica, ello debido a que se obtuvo una significancia de ,019 a través del estadígrafo Rho de Spearman, lo cual permitió aceptar la hipótesis afirmativa y rechazar la hipótesis nula. Además, al identificar el grado de correlación que presentan se evidenció que existe un coeficiente de ,157, interpretado como un grado positivo muy bajo; es decir que, al aumentar los niveles de adicción a las RRSS en esta población de estudio provocará también un aumento leve en los niveles de procrastinación académica.

Estos resultados se asemejan a los de Paredes (2019), quien en su trabajo investigativo planteó encontrar la relación que existe entre ambas variables, refiriendo que prevalecen varios niveles (bajo, medio y alto), de procrastinación escolar y adicción a las RRSS. Lo que para efectos de análisis correlacional señalan vínculos significativos de efecto bajo y moderado ($p < .05$), aceptando así la relación entre ellas. De igual manera, Choquecota y Barrantes (2019), obtuvo como resultados que al correlacionar ambas variables, arrojaron una correlación moderada, en cuanto mayor sea la adicción al internet, mayor será la procrastinación académica en estos estudiantes; dadas las diferentes plataformas o aplicaciones que allí encuentran como entretenimiento y canal de comunicación con otros individuos de la misma edad. Y, dentro del ámbito nacional, Cahuana (2019), basado en una población de estudiantes del nivel secundario en Arequipa, encontró hallazgos donde las variables están asociadas por lo que existe una asociación directa de RRSS con la procrastinación en los estudiantes. En ese sentido, contrastando con los aportes teóricos, la procrastinación por lo general involucra no tomar en cuenta una tarea rigurosa, o posiblemente menos trascendental, por una más encantadora (Azor, 2019). Es así que, mientras se

procrastina, siempre tiene un recordatorio de que se debe estar trabajando en algún lugar en el fondo de su mente, por lo que no puede estar completamente relajado. Sin mencionar que la procrastinación puede hacerte sentir como un perdedor y poco a poco se convierte la imagen de sí mismo en la de alguien que simplemente no puede hacer su trabajo.

Como parte del primer objetivo específico: identificar el nivel de adicción a las redes sociales por dimensiones en la población estudio, se evidenció que el nivel de adicción a las redes sociales es bajo, de acuerdo al 53,8%; mientras que, el 46,2% presenta niveles medios. Pero, ningún estudiante evaluado presentó altos niveles de adicción. No obstante, al considerar las dimensiones de esta variable, se encontró que la dimensión obsesión por las redes sociales presentó también un nivel bajo de acuerdo al 56,1% de los estudiantes, pero con un ,9% de ellos que presenta niveles altos, al igual que la dimensión uso excesivo de las RRSS que tiene mayor proporción de estudiantes con un nivel medio de acuerdo al 60,1%, con un 4,5% que presenta niveles altos. La dimensión falta de control personal con niveles bajos de acuerdo al 66,4%. Al respecto, los tesisistas Fuertes y Armas (2018) en su trabajo contrastaron que treinta y cinco por ciento tiene nomofobia moderada, el treinta y siete por ciento dedica de tres a cinco horas diarias a las RRSS, el cincuenta y cinco por ciento sostiene una actitud malhumorada cuando no tienen conexión a internet debido a que no pueden enviar ni recibir ninguna clase de datos con los contactos en dichas plataformas digitales. Asimismo, el estudio arrojó que más del setenta y cinco por ciento tiene preferencias por el entorno virtual antes que la realidad, concluyendo además que, la utilización descomunal de RRSS, causa adhesión al igual que otro tipo de estupefacientes.

Complementando dichos resultados con los aspectos conceptuales, se afirma que aquellas plataformas de RRSS producen los mismos circuitos neuronales que causa cualquier vicio, demostrando que el flujo constante e interacción en estos medios llega a afectar neuronalmente la zona de recompensas para desencadenar las tipología de reacciones químicas, al igual que otro tipo de estupefacientes (ISEP, 2020). De hecho, los especialistas ejemplifican que la adicción a una determinada red social, se asemeja a la aplicación de una droga debido a que inmediatamente es recibida y causa alteración en el funcionamiento del ser

humano, por lo que no deberían pasar desapercibidas aquellas personas diagnosticadas con niveles altos de adicción.

Respecto al segundo objetivo específico: identificar el nivel de procrastinación académica por dimensiones en la población estudio; se evidenció que el nivel de procrastinación académica es medio de acuerdo al 72,2%; mientras que, el 26,5% presenta niveles altos de procrastinación académica y un 1,3% niveles bajos. Sin embargo, al tomar en cuenta los resultados descriptivos de sus dimensiones, se identificó que un 49,3% de ellos presenta niveles bajos en cuanto al aplazamiento de las tareas, el 47,5% niveles medios y el apenas 3,1% niveles altos. Mientras que, la dimensión autorregulación académica presenta niveles altos de acuerdo al 59,2%, seguido del 39,0% con niveles medios y escasamente el 1,8% muestra niveles bajos.

Al contrastarlos con los resultados de García y Silva (2019), dentro del ámbito internacional, se obtuvieron similares resultados, dado que luego de emplear la Escala de Procrastinación Académica aplicado a 746 estudiantes de diferentes instituciones superiores del sureste de México, concluyó que los estudiantes en su mayoría no se consideran procrastinadores (60,0%) y que la interacción con el internet tampoco afecta su actividad académica (40,8%).

De igual manera, Morales (2020) en su estudio para describir la procrastinación de estudiantes universitarios encontraron un poco más del 70% de la población mostraba comportamientos procrastinadores, asimismo, la mayoría no se preparaba con suficiente tiempo para realizar las pruebas correspondientes a los contenidos vistos, manifestando que preferían “trabajar mejor bajo presión”. Ello confirma lo manifestado, como aporte teórico, por Lieberman (2019), quien señala que la tendencia a procrastinar implica posponer el trabajo que debe completarse para lograr un objetivo determinado, como mirar televisión en lugar de trabajar en un trabajo final, lo cual tiene un impacto negativo en la calidad del trabajo y está relacionada con una variedad de resultados físicos y psicológicos negativos. Así pues, existen dos tipos de procrastinación, crónica y aguda. La procrastinación crónica tiene una causa psicológica profunda, fuerte y permanente que puede que no se elimine tan fácilmente. Se puede hacer, pero requiere paciencia y trabajo duro. Por otro lado, la procrastinación aguda puede ser causada incluso por

pequeños cambios de humor o energía a lo largo del día, u otros pequeños desencadenantes psicológicos que no son una parte natural constante de su psique, como por ejemplo: tener un mal día (Atalaya y García, 2019). No obstante, la procrastinación crónica y aguda debe tratarse de diferentes maneras, por lo que es necesario profundizar y conocer más de cerca a aquellas personas con los niveles más altos de este hábito para poder corregirlo a tiempo y evitar que se intensifique.

Al agrupar el tercer y cuarto objetivo específico; es decir: identificar la relación entre la adicción a las redes sociales y la dimensión aplazamiento de tareas de la procrastinación académica; e identificar la relación entre la adicción a las RRSS y la dimensión autorregulación académica de la procrastinación académica del conjunto estudiado. Es así que, al emplear la estadística inferencial mediante el estadígrafo Rho de Spearman, se obtuvo una significancia de ,001 al realizar la primera evaluación, por lo que se acepta la hipótesis afirmativa y se rechaza la hipótesis nula, concluyendo en la existencia de una relación significativa entre la adicción a las RRSS y la dimensión aplazamiento de tareas de la procrastinación académica en el año en curso, con un coeficiente de correlación de grado positivo bajo (,228).

De igual manera al realizar la segunda evaluación, la significancia obtenida fue de ,032, por lo que se aceptó la hipótesis afirmativa y se rechazó la hipótesis nula, contrastando que sí existe una relación significativa entre la adicción a las redes sociales y la dimensión autorregulación académica, pero con un coeficiente negativo de correlación de grado muy bajo (-,144), por lo que al aumentar los niveles de adicción a las RRSS en esta población de estudio, se tendrá una disminución de la autorregulación académica o control académico en los estudiantes. Es así que, los resultados presentaron consistencia con los de Esquivel y Silva (2020), a nivel local, puesto que consiguieron demostrar de la existencia correlativa muy significativa ($p < .01$), positiva y en grado bajo, entre las variables en estudio y cada una de las dimensiones. Asimismo, la tesista agrega también que el nivel medio en adicción a las redes sociales es predominante y un nivel alto en procrastinación en los estudiantes. Asimismo, Torres (2020), en cuanto al análisis inferencial puso en manifiesto que la adicción a las RRSS se relaciona

positivamente de efecto pequeño con la procrastinación académica, al igual que al considerar cada una de sus dimensiones. Ante ello, es preciso saber que, en cuanto a sus dimensiones, está conformada por dos aspectos, en relación a la Escala de Procrastinación Académica de Busko (como se citó el Zegarra, 2019): *autorregulación académica* y *postergación de actividades*. La primera de ellas ayuda a establecer de qué manera los estudiantes controlan sus comportamientos, motivaciones y pensamientos, por lo que aquellos que obtengan puntuaciones bajas en esta dimensión significa que tienen un alto nivel de procrastinación dado que no se autorregulan y viceversa.

En cuanto a los tres últimos objetivos específicos establecidos en esta investigación; que buscaron identificar la relación entre la procrastinación académica y las dimensiones de la adicción en el conjunto estudiado; al considerar el quinto objetivo específico se aceptó la hipótesis afirmativa y se rechazó la hipótesis nula, existiendo evidencia estadística de una relación significativa entre la procrastinación académica y la dimensión obsesión de las redes sociales de la adicción a las RRSS en estos estudiantes, a raíz del valor de significancia de 0,020 y un grado de correlación positivo muy alto dado que su coeficiente fue de ,155, resultados que manifiestan que al aumentar los niveles de procrastinación académica en esta población de estudio, aumentará también la obsesión por las redes sociales en los estudiantes.

De semejante manera, al desarrollar el sexto objetivo específico, la significancia alcanzada fue de ,018, lo que permitió aceptar la hipótesis afirmativa y se rechazó la hipótesis nula, afirmando también que existe una relación significativa entre la procrastinación académica y la dimensión falta de control personal de la adicción a las redes sociales, agregando que su correlación fue de grado negativo muy bajo, manifestando que al aumentar los niveles de procrastinación académica en esta población de estudio, disminuirá el control personal de los estudiantes. Mientras que, al desarrollar el séptimo y último objetivo específico, se demostró que no existe evidencia estadística de una relación significativa entre la procrastinación académica y la dimensión uso excesivo de las redes sociales de la adicción a las RRSS, puesto que su significancia fue mayor a ,050, aceptando la hipótesis nula. Considerando la mayoría de los casos, estos resultados se asemejan a los de

Mamani y Gonzales (2019), en materia nacional, puesto que en su investigación representada por 180 estudiantes como parte de su población, se encontró que evidentemente existe relación entre las variables de estudio y sus dimensiones, en donde las dimensiones saliencia, tolerancia, cambios de humor, conflicto, síndrome de abstinencia y recaída, son las principales que contemplan dicha adicción.

Concluyendo que, a mayor frecuencia de adicción a las redes, es mayor la tendencia de procrastinación de las actividades académicas por parte de los estudiantes. Ante ello, es importante saber que la procrastinación es una parte normal del comportamiento humano (Arévalo, 2018). En cuanto a la obsesión por ello, implica situaciones extremas, las funciones de las redes sociales suelen ser más críticas para la salud de un individuo que los factores estructurales, como el tamaño o el tipo de relaciones entre los miembros de la red social (Griggs, 2016). Mientras que, la ausencia de control personal o inhabilidad para proporcionar una cantidad de tiempo dedicado a estar conectado y descuido de otras actividades importantes en consecuencia de ello y su uso excesivo es estar constantemente arraigado a ello y tener dificultad para bajar ese tiempo destinado habitualmente (Araujo, 2016).

Es así que, ello se basa en el mapeo de relaciones o vínculos entre diferentes individuos. Los individuos pueden estar vinculados entre sí a través de cualquier número de tipos de relaciones o asociaciones, de amigos, asociados o personas con las que pasan tiempo, por lo que, las redes sociales generalmente se identifican pidiendo a las personas que nombren todos los lazos de su relación dentro de un contexto determinado. No obstante, en aquellos estudiantes que se han visto perjudicados, conllevándoles a adquirir prácticas de procrastinación, o lo lleva a sentirse estresado y abrumado, existen formas efectivas de manejarlo mejor y disminuir tales prácticas.

VI. CONCLUSIONES

1. A nivel general, a partir de la metodología aplicada, las teorías fundamentadas, los análisis y cálculos realizados hubo demostración de existencia y relación directa de grado bajo (sig.:019; coef.157) entre la adicción a las RRSS y la procrastinación académica en estudiantes de quinto año de secundaria de una institución educativa de Trujillo, 2022; es decir que, al incrementar los niveles de adicción a las RRSS provocará también un aumento leve en los de procrastinación académica en los estudiantes. El nivel de adicción a las RRSS es bajo de acuerdo al 53,8%; mientras que, el 56,1% de ellos muestra niveles bajos en referencia a la obsesión por las RRSS, el 66,4% presenta niveles bajos la falta de control personal y el 60,1% presenta niveles medios en el uso excesivo de las RRSS.
2. El nivel de procrastinación académica por dimensiones es medio, de acuerdo al 72,2%; mientras que, el 49,3% de ellos presenta niveles bajos de acuerdo al aplazamiento de las tareas, y el 59,2% presenta niveles altos en cuanto a la autorregulación académica. Existe relación directa de grado muy bajo (sig.:001; coef.:228) entre la adicción a las RRSS y aplazamiento de tareas. Existe relación indirecta de grado muy bajo (sig.:032; coef.:144) entre la adicción a las RRSS y la autorregulación académica. Hay relación directa de grado muy bajo (sig.:020; coef.:155) entre la procrastinación académica y la obsesión de las RRSS.
3. Existe relación indirecta de grado muy bajo (sig.:018; coef.:158) entre la procrastinación académica y la falta de control personal de la adicción a las RRSS. No existe relación directa (sig.:085) entre la procrastinación académica y uso excesivo de las RRSS de la adicción a las RRSS en la población estudiada.

VII. RECOMENDACIONES

1. Desarrollar charlas informativas y orientadoras, dirigida a estudiantes y padres de familia, sobre los posibles riesgos del uso excesivo de las redes sociales para que tomen conocimiento a lo que podrían estar expuestos las personas que no controlan el tiempo destinado a este tipo de plataformas digitales, puesto que muchos desconocen ello en la actualidad.
2. Diseñar e implementar programas de intervención, con la participación de profesionales del campo de psicología educativa y la participación de las autoridades directivas de la institución, de manera que se brinden herramientas necesarias para disminuir el uso excesivo de las redes sociales en esta población de estudio.
3. Orientar a los padres de familia, especialmente de aquellos que tienen mayor adicción a las redes sociales, para que mejoren su forma de guiar y supervisar a sus hijos al interactuar en los medios digitales, brindándoles nuevas estrategias para manejar ello, como actividades recreativas que ayuden a desarrollar habilidades sociales y les permita interactuar con otros compañeros de forma presencial.
4. Fortalecer la capacidad de organización de los estudiantes, mediante el uso de cronogramas con actividades diarias, en el que se describan en conjunto de acciones a realizar durante cada día, a fin de distribuir responsabilidades y gestionar de una mejor manera el tiempo.
5. Ejecutar investigaciones de mayor profundidad en cuanto a las variables de estudio, tomando en cuenta otras variables o factores que podrían estar asociados a la procrastinación académica y la adicción a las redes sociales como rasgos de personalidad, autoestima, funcionalidad familiar, entre otros.

REFERENCIAS

- Araujo, E. (2016). Indicators of Social Networking Addiction in College Students from Lima. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 10(2), 46-56. http://www.scielo.org.pe/pdf/ridu/v10n2/en_a05v10n2.pdf
- ASAM. (2021). *Portal*. Asociación Americana de Medicina de la Adicción: <https://www.asam.org/>
- Astorga, C., & Schmidt, I. (2019). Peligros de las redes sociales: Cómo educar a nuestros hijos e hijas en ciberseguridad. *Revista Electrónica Educare*, 23(2), 339-362. https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-42582019000300339
- Atalaya, C., & García, L. (2019). Procrastinación: Revisión Teórica. *Revista de Investigación en Psicología*, 22(2), 363-378. <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/download/17435/14661/>
- Ayala, A., Rodríguez, R., Villanueva, W., Hernández, M., & Campos, M. (2018). La procrastinación académica: teorías, elementos y modelos. *Revista de Investigación PAIDEIA en Ciencias Humanas y Educación*, 5(2), 40-52. <https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/r-Muro-investigaion/article/view/1324/1661>
- Azor, F. (11 de 01 de 2019). *Psicólogo de cabecera*. Procrastinar, 3 razones por las que ocurre: <https://psicologodecabecera.com/procrastinar-3-razones-por-las-que-ocurre/psicologoemadrid>
- Barraza, A., & Barraza, S. (2018). Procrastinación y estrés. Análisis de su relación en alumnos de educación media superior. *Revista de Investigación Educativa*, 28(11), 132-151. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-53082019000100132
- Cahuana, D. (2019). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Arequipa, 2019* [Tesis de posgrado, Universidad Peruana Unión].

https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UEPU_f65b631bdbe01fa7e9be80fecf96dafb

Choquecota, M. E., & Barrantes, R. (2019). *Adicción a internet y procrastinación académica en estudiantes de 4to y 5to grado de nivel secundaria del Colegio Adventista Túpac Amaru, Juliaca 2019*. Juliaca: Universidad Peruana Unión.
https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UEPU_6bd7ecc872e1cc46faaf2b9baf8e69bf

CIED. (16 de 03 de 2016). *Universidad Rey Santiago*. Uso de las Redes sociales en Educación: <https://urjconline.atavist.com/2016/03/16/uso-redes-sociales-educacion-1/>

Cruz, L. C. (2019). *Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa particular de la ciudad de Tarapoto, 2017*. Universidad Señor de Sipán.
<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/6895/Cruz%20Livia%20Cristina.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Daza, W. (2020). *Estado de la Adicción a las Redes Sociales e Internet y Rendimiento Académico*. Universidad Distrital Francisco José de Caldas.
<https://repository.udistrital.edu.co/bitstream/handle/11349/24424/DAZAPINI LLAWILSON2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Espinosa, L., & Ibañez, I. (2020). *Procrastinación Académica y Adicción a las Redes Sociales en Estudiantes de un Instituto Superior del Distrito de Laredo*. Universidad César Vallejo.
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/45713/Espinoza_NLDR-Iba%C3%B1ez_ISS-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Esquivel, L., & Silva, L. (2020). *Adicción a las redes sociales y procrastinación en estudiantes de una Universidad Privada de Trujillo*. Trujillo: Universidad Privada Antenor Orrego.
https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/6988/1/REP_PSIC_LIDIA.ESQUIVEL_ADICCI%c3%93N.REDES.SOCIALES.PROCRASTINACI%c3%93N.ESTUDIANTES.UNIVERSIDAD.PRIVADA.TRUJILLO.pdf

- Fernández, Y., & Quevedo, X. (2018). *Dependencia a las redes sociales y procrastinación académica en Universitarios*. Pimentel: Universidad Señor de Sipán. <https://core.ac.uk/download/pdf/270313571.pdf>
- Fuertes, J., & Armas, L. (2018). Adolescentes adictos a las redes sociales y a la tecnología. *Horizontes de enfermería*, 5, 47-56. <https://revistasdigitales.upec.edu.ec/index.php/enfermeria/article/view/163>
- Fundación Hay Salida. (25 de 03 de 2020). Qué es la adicción: <https://www.fundacionhaysalida.com/que-es-la-adiccion/>
- Funes, A. (25 de 09 de 2020). *Qué es TikTok y por qué triunfa entre los adolescentes*. El Español: https://www.elespanol.com/curiosidades/tiktok/que-es-tiktok-app-aplicacion-triunfa-adolescentes-musica-videos-viral-menores/523447885_0.amp.html
- Galeano, S. (29 de 01 de 2021). *Cuáles son las redes sociales con más usuarios del mundo (2021)*. Marketing4Ecommerce: <https://marketing4ecommerce.net/cuales-redes-sociales-con-mas-usuarios-mundo-ranking/>
- García, V., & Silva, M. (2019). Interacción con internet y procrastinación de estudiantes universitarios de cursos en línea. *International Virtual Conference on Educational Research and Innovation*, 10, 146-150. <http://www.civinedu.org/wp-content/uploads/2019/12/CIVINEDU2019.pdf#page=158>
- García, V., & Silva, M. (2020). Procrastinación académica entre estudiantes de cursos en línea. Validación de un cuestionario. *Scielo. Apertura Guadalajara*, 11(2). [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-61802019000200122#:~:text=Diversas%20investigaciones%20\(Solomon%20%26%20Rothblum%2C,y%20relacionadas%20con%20la%20procrastinaci%C3%B3n.](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-61802019000200122#:~:text=Diversas%20investigaciones%20(Solomon%20%26%20Rothblum%2C,y%20relacionadas%20con%20la%20procrastinaci%C3%B3n.)
- Griggs, S. (2016). *La psicología de todas las adicciones*. Smashwords. <https://books.google.co.ve/books?id=ivNiDwAAQBAJ&printsec=frontcover&>

dq=adicci%C3%B3n+y+concepto&hl=es&sa=X&redir_esc=y#v=onepage&q=adicci%C3%B3n%20y%20concepto&f=false

Guamán, E., Yaguachi, L., & Freire, E. (2018). Las redes sociales y rendimiento académico. *Revista Metropolitana de Ciencias Aplicadas*, 1(3), 38-44. <http://remca.umet.edu.ec/index.php/REMCA/article/view/50>

Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Editorial Mc Graw Hill Education.

Hudgson, G., & Hoy, G. (2018). *Redes sociales y su aporte en el fortalecimiento del aprendizaje del lenguaje en los estudiantes de la básica primaria*. Barranquilla: Universidad de la Costa – CUC. <https://repositorio.cuc.edu.co/bitstream/handle/11323/2804/40989646%20-%2039154521.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

ISEP. (24 de 04 de 2020). *Adicciones tecnológicas: internet, móviles y redes sociales*. Instituto Superior de Estudios Psicológicos: <https://www.isep.es/actualidad-psicologia-clinica/adicciones-tecnologicas-internet-moviles-y-redes-sociales/>

Juste, M. (10 de 02 de 2021). *La pandemia dispara el uso de las redes sociales, un 27% más que hace un año*. Expansión: <https://www.expansion.com/economia-digital/innovacion/2021/02/10/6022c89de5fdea59448b459b.html>

Lieberman, C. (26 de 03 de 2019). *Procrastinar no es un asunto de holgazanería, sino de manejo de las emociones*. The New York Times: <https://www.nytimes.com/es/2019/03/26/espanol/como-evitar-la-procrastinacion.html>

Mamani, A., & Gonzáles, D. (2019). *Adicción a redes sociales y su relación con la procrastinación académica en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Privada en Lima Este*. Universidad Peruana Unión. https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/1697/Ana_Tesis_Licenciatura_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Morales, A. (2020). Procrastinación académica en el área de Física en estudiantes universitarios. *Innova Educación*, 2(4).
<https://doi.org/10.35622/j.rie.2020.04.001>
- OMS. (2021). *Organización Mundial de la Salud*. Adicción según concepto:
<https://idpc.net/es/profile/oms-es>
- Paredes, A. (2019). *Adicción A Las Redes Sociales Y Procrastinación Académica En Estudiantes De Una Institución Educativa Del Distrito De Paján*. De Paján: Universidad César Vallejo.
<https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/3225942>
- Pérez, M. C. (12 de 03 de 2021). *¿Qué peligros tiene el uso de tik tok entre los adolescentes?* Compartir en familia:
<https://compartirenfamilia.com/tecnologia/que-peligros-tiene-el-uso-de-tik-tok-entre-los-adolescentes.html#:~:text=Por%20otro%20lado%2C%20en%20Tik,ser%20perjudiciales%20para%20su%20salud.>
- Ramos, C., Jadan, J., Paredes, L., & Bolaños, M. (2017). Procrastinación, adicción al internet y rendimiento académico de estudiantes universitarios ecuatorianos. *Reserchagate / Estudios Pedagógicos* , XLIII(3), 275-289.
https://www.researchgate.net/publication/323374640_Procrastinacion_adiccion_al_internet_y_rendimiento_academico_de_estudiantes_universitarios_ecuatorianos
- Santa Cruz, F., García, S., & Pérez, G. (2018). *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Trujillo*. Trujillo: Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI.
<https://repositorio.uct.edu.pe/handle/123456789/454>
- Shum, Y. M. (20 de 02 de 2021). *Social media y redes sociales 2021 – estadísticas*. Social Media Marketing SEO: <https://yiminshum.com/social-media-redes-sociales-2021/#:~:text=Este%20a%C3%B1o%20hay%204%2C,490%20millones%20de%20nuevos%20usuarios.>

- Steel, P. (2017). *Procrastinación. ¿Por qué dejamos para mañana lo que podemos hacer hoy?* De Bolsillo Clave / Penguin Random House Grupo Editorial.
https://books.google.co.ve/books?id=5v01DwAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=procrastinaci%C3%B3n+libros&hl=es&sa=X&redir_esc=y#v=onepage&q=procrastinaci%C3%B3n%20libros&f=false
- Torres, P. (2020). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Trujillo*. Trujillo: Universidad César Vallejo.
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/49062/Torres_SPJ-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Unicef. (07 de 12 de 2017). *Unicef pide proteger a los niños en el mundo digital al tiempo que se mejora el acceso a internet de los más desfavorecidos*. UNICEF: <https://www.unicef.org/es/comunicados-prensa/unicef-pide-proteger-los-ni%C3%B1os-en-el-mundo-digital-al-tiempo-que-se-mejora-el>
- UNIR. (02 de 08 de 2020). *El uso de las redes sociales en Educación: consideraciones para sacarle el máximo partido*. Unir Revista: <https://www.unir.net/educacion/revista/redes-sociales-educacion/>
- Zegarra, M. (2019). *Evidencias de validez y confiabilidad de la Escala de Procrastinación Académica en estudiantes de colegios privados del distrito de Trujillo* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/37778>

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de operacionalización de las variables

| Variable | Definición conceptual | Definición operacional | Dimensión | Indicadores | Ítems | Escala |
|-------------------------------|--|--|---------------------------|--|--------------------------------|---------|
| Adicción a las redes sociales | Es una enfermedad cerebral crónica y recidivante que se define como la pérdida de control sobre la capacidad de abstenerse sistemáticamente de una actividad o sustancia (es decir, el consumo compulsivo de drogas) a pesar de las consecuencias adversas, como las consecuencias vitales, los problemas familiares y laborales, los problemas legales y las complicaciones médicas.” (OMS, 2021) | Para medir esta variable, se tomará en cuenta la Escala de Adicción a las Redes Sociales [ARS], la cual consta de 24 ítems distribuidos en tres dimensiones. | Obsesión por las RRSS | Compromiso mental con las RRSS Ansiedad Preocupación | 1,2,3,4,5,7, 8,11,21,23 | Ordinal |
| | | | Falta de control personal | Descuido de los amigos o familiares Descuido de las tareas y/o estudios | 6,13,14,19, 20,22 | |
| | | | Uso excesivo de las RRSS | Control Frecuencia de uso | 9,10,12,15, 16,17,18, 24 | |
| Procrastinación académica | Es un retraso de algo que debería hacerse especialmente por descuido habitual, pereza o indecisión procrastinación es la acción o hábito de dejar las cosas para más tarde. Es cuando estás muy ocupado haciendo todo menos lo que debe hacerse ahora mismo. Es una actitud o hábito del sujeto que consiste en no hacer algo que debe ser hecho ahora, por descuidarlo hasta que sea demasiado tarde parchear una situación y/o prolongarla temporalmente (Atalaya y García, 2019). | Para medir esta variable, se tomará en cuenta la Escala de Procrastinación Académica [EPA], el cual consta de 12 ítems distribuidos en dos dimensiones. | Aplazamiento de tareas | Organización Desarrollo de actividades | 1,6,7 | Ordinal |
| | | | Autorregulación académica | Planificación Responsabilidad control | 2,3,4,5,8,9, 10,11,12 | |

Anexo 2. Instrumentos de recolección de datos

Escala de Adicción a las Redes Sociales - ARS

A continuación, se presentan 24 ítems referidos al uso de las redes sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existe respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas. Marque un aspa (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piensa o hace:

N: Nunca

CN: casi nunca

AV: A veces

CS: Casi siempre

S: Siempre

| ÍTEMES | | N | CN | AV | CS | S |
|--------|--|---|----|----|----|---|
| 1 | Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales. | | | | | |
| 2 | Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales. | | | | | |
| 3 | El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más. | | | | | |
| 4 | Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales. | | | | | |
| 5 | No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales. | | | | | |
| 6 | Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales. | | | | | |
| 7 | Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales. | | | | | |
| 8 | Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja. | | | | | |
| 9 | Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo. | | | | | |
| 10 | Generalmente permanezco más tiempo en las | | | | | |

| ÍTEMS | | N | CN | AV | CS | S |
|-------|--|---|----|----|----|---|
| | redes sociales, del que inicialmente había destinado. | | | | | |
| 11 | Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales. | | | | | |
| 12 | Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales. | | | | | |
| 13 | Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días. | | | | | |
| 14 | Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales. | | | | | |
| 15 | Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales. | | | | | |
| 16 | Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales. | | | | | |
| 17 | Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales. | | | | | |
| 18 | Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora. | | | | | |
| 19 | Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales. | | | | | |
| 20 | Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales. | | | | | |
| 21 | Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales. | | | | | |
| 22 | Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales. | | | | | |
| 23 | Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a). | | | | | |
| 24 | Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social. | | | | | |

Escala de Procrastinación Académica - EPA

A continuación, encontrarás una serie de preguntas que hacen referencia a tu modo de estudiar. Lee cada frase y contesta 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

| ÍTEMS | | 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. | | | | | |

Anexo 3. Fichas técnicas de los instrumentos

Escala de Adicción a las Redes Sociales - ARS

| | |
|----------------------|---|
| Nombre | Escala de Adicción a las Redes Sociales |
| Autor | Escurra, Miguel; Salas, Edwin |
| Año | 2014 |
| Dimensiones | Obsesión por las redes sociales Falta de control personal Uso excesivo de las redes sociales |
| Ámbito de aplicación | Adolescentes y adultos |
| Administración | Individual y/o colectivo |
| Duración | 15 minutos |
| Objetivo | Determinar el nivel de adicción a las redes sociales |
| Validez | Validez por constructo, con un KMO de 0,95 y esfericidad de Bartlett menor a 0,01. Asimismo, presentó un χ^2 de 4313.9 y $p < 0,001$. |
| Confiabilidad | Alfa de Crombach = 0.95, con valores similares en cada una de sus dimensiones: factor 1 ($\alpha=0,91$), factor 2 ($\alpha=0,88$) y factor 3 ($\alpha=0,92$). |
| Adaptado por | ---- |
| Año de la adaptación | --- |
| Nombre del estudio | Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) La escala está constituida por 24 ítems distribuidos en tres dimensiones: |
| Aspectos a evaluar | Obsesión por las redes sociales [1,2,3,4,5,7,8,11,21,23] Falta de control personal [6,13,14,19,20,22] Uso excesivo de las redes sociales [9,10,12,15,16,17,18,24] |

Escala de Procrastinación Académica - EPA

| | |
|----------------------|--|
| Nombre | Escala de Procrastinación Académica |
| Autor | Busko, Deborah |
| Año | 1998 |
| Dimensiones | Aplazamiento de tareas Autorregulación académica |
| Ámbito de aplicación | Adolescentes y adultos |
| Administración | Individual y/o colectivo |
| Duración | 10 minutos |
| Objetivo | Determinar el nivel de procrastinación académica |
| Validez | RMSEA=.08, SRMR .062, CFI=.88, TLI=.85, CMIN/DF= 2.80, AIC=198.27, en el modelo propuesto RMSEA=.08, SRMR=.058, CFI=90, TLI=90, CMIN/DF=2.75, AIC=164.41, con cargas factoriales estandarizadas >.30, que refiere un buen ajuste del modelo propuesto al estimado. |
| Confiabilidad | Coefficiente omega alcanza valores tanto para el modelo teórico como el estimado >.65, que refiere una fiabilidad aceptable. |
| Adaptado por | Zegarra, María |
| Año de la adaptación | 2019 |
| Nombre del estudio | Evidencias de validez y confiabilidad de la Escala de Procrastinación Académica en estudiantes de colegios privados del distrito de Trujillo |
| Aspectos a evaluar | La escala está constituida por 12 ítems distribuidos en dos dimensiones: Aplazamiento de tareas [1,6,7] Autorregulación académica [2,3,4,5,8,9,10,11,12] |

Anexo 4. Prueba de distribución de datos

| | Kolmogorov-Smirnov ^a | | |
|------------------------------------|---------------------------------|-----|---------------|
| | Estadístico | N | Significancia |
| ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES | ,360 | 223 | ,000 |
| Obsesión por las redes sociales | ,368 | 223 | ,000 |
| Falta de control personal | ,425 | 223 | ,000 |
| Uso excesivo de las redes sociales | ,358 | 223 | ,000 |
| PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA | ,441 | 223 | ,000 |
| Aplazamiento de tareas | ,325 | 223 | ,000 |
| Autorregulación académica | ,381 | 223 | ,000 |

a. Corrección de significación de Lilliefors

Se aprecia que la significancia es de ,000 en todos los casos, tratándose de una distribución normal de datos, siendo imprescindible utilizar una prueba no paramétrica como la Rho de Spearman para proceder a evaluar las correlaciones.

Anexo 5. Validación de juicio de expertos

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LA ESCALA DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES - ARS

| Nº | DIMENSIONES / Ítems | Pertinencia ¹ | | Relevancia ² | | Claridad ³ | | Sugerencias |
|--|--|--------------------------|----|-------------------------|----|-----------------------|----|-------------|
| | | Si | No | Si | No | Si | No | |
| DIMENSIÓN 1: Obsesión por las redes sociales | | | | | | | | |
| 1 | Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 2 | Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 3 | El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más. | X | | X | | X | | |
| 4 | Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 5 | No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 7 | Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 8 | Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja. | X | | X | | X | | |
| 11 | Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 21 | Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 23 | Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a). | X | | X | | X | | |
| DIMENSION 2: Falta de control personal | | | | | | | | |
| 6 | Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 13 | Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días. | X | | X | | X | | |
| 14 | Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 19 | Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 20 | Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 22 | Mi pareja, o amigos, o familiares, me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| DIMENSION 3: Uso excesivo de las redes sociales | | | | | | | | |
| 9 | Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo. | X | | X | | X | | |
| 10 | Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado. | X | | X | | X | | |
| 12 | Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 15 | Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 16 | Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 17 | Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 18 | Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora. | X | | X | | X | | |
| 24 | Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social. | X | | X | | X | | |

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Hay suficiencia

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

Apellidos y Nombres del juez validador: Cerna Quispe Gladys Virginia

Especialidad del validador: Maestra en Psicología Educativa – Doctora en Gestión Pública y Gobernabilidad

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

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

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

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


 Firma del Experto Informante

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LA ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADEMICA – EPA

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

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Hay suficiencia

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

Apellidos y Nombres del juez validador: Cerna Quispe Gladys Virginia

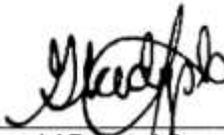
Especialidad del validador: Maestra en Psicología Educativa – Doctora en Gestión Pública y Gobernabilidad

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

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

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

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


 Firma del Experto Informante

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LA ESCALA DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES - ARS

| Nº | DIMENSIONES / Ítems | Pertinencia ¹ | | Relevancia ² | | Claridad ³ | | Sugerencias |
|--|--|--------------------------|----|-------------------------|----|-----------------------|----|-------------|
| | | Si | No | Si | No | Si | No | |
| DIMENSIÓN 1: Obsesión por las redes sociales | | | | | | | | |
| 1 | Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 2 | Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 3 | El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más. | X | | X | | X | | |
| 4 | Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 5 | No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 7 | Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 8 | Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja. | X | | X | | X | | |
| 11 | Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 21 | Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 23 | Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a). | X | | X | | X | | |
| DIMENSION 2: Falta de control personal | | | | | | | | |
| 6 | Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 13 | Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días. | X | | X | | X | | |
| 14 | Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 19 | Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 20 | Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 22 | Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| DIMENSION 3: Uso excesivo de las redes sociales | | | | | | | | |
| 9 | Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo. | X | | X | | X | | |
| 10 | Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado. | X | | X | | X | | |
| 12 | Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 15 | Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 16 | Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 17 | Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 18 | Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora. | X | | X | | X | | |
| 24 | Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social. | X | | X | | X | | |

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Hay suficiencia

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

Apellidos y Nombres del juez validador: Fernández Vega María Isabel

Especialidad del validador: Maestra en Docencia y Gestión Educativa – Doctora en Educación

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

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

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

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



Dr. María Isabel Fernández Vega

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LA ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADEMICA – EPA

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

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Hay suficiencia

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

Apellidos y Nombres del juez validador: Fernández Vega María Isabel

Especialidad del validador: Maestra en Docencia y Gestión Educativa – Doctora en Educación

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

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

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

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



Dra. María Isabel Fernández Vega

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LA ESCALA DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES - ARS

| N° | DIMENSIONES / Ítems | Pertinencia ¹ | | Relevancia ² | | Claridad ³ | | Sugerencias |
|--|--|--------------------------|----|-------------------------|----|-----------------------|----|-------------|
| | | Si | No | Si | No | Si | No | |
| DIMENSIÓN 1: Obsesión por las redes sociales | | | | | | | | |
| 1 | Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 2 | Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 3 | El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más. | X | | X | | X | | |
| 4 | Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 5 | No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 7 | Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 8 | Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja. | X | | X | | X | | |
| 11 | Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 21 | Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 23 | Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a). | X | | X | | X | | |
| DIMENSION 2: Falta de control personal | | | | | | | | |
| 6 | Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 13 | Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días. | X | | X | | X | | |
| 14 | Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 19 | Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 20 | Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 22 | Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| DIMENSION 3: Uso excesivo de las redes sociales | | | | | | | | |
| 9 | Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo. | X | | X | | X | | |
| 10 | Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado. | X | | X | | X | | |
| 12 | Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 15 | Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 16 | Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 17 | Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales. | X | | X | | X | | |
| 18 | Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora. | X | | X | | X | | |
| 24 | Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social. | X | | X | | X | | |

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Hay suficiencia

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

Apellidos y Nombres del juez validador: Espinoza Castillo Ana María

Especialidad del validador: Maestra en Psicología Educativa

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

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

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

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


 Firma del experto informante

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LA ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADEMICA – EPA

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

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Hay suficiencia

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

Apellidos y Nombres del juez validador: Espinoza Castillo Ana María

Especialidad del validador: Maestra en Psicología Educativa

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

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

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

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


 Firma del experto informante

Anexo 6. Constancia de aplicación de instrumentos



INSTITUCIÓN EDUCATIVA
Santa Rosa
- TRUJILLO -

Constancia N° 165 - 2022 - I.E. "SR"/D.

LA QUE SUSCRIBE, DIRECTORA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "SANTA ROSA" DE TRUJILLO, MANIFIESTA POR MEDIO DE LA PRESENTE

Constancia

Que la Srta. *Lina Valentina VÁSQUEZ GARAY*, identificada con DNI N° 72933514, Bachiller en Psicología de la Universidad "César Vallejo" de Trujillo, ha aplicado los instrumentos "Escala de adicción a las redes Sociales - ARS" y "Escala de Procrastinación Académica - EPA" indispensables para realizar trabajo de investigación "Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Trujillo, 2022".

Se expide la presente, a solicitud de la parte interesada, para los fines que estime conveniente.

Trujillo, 08 de julio - 2022.



LUZMILLA LIZABETH ZUMARÁN PISCOYA
DIRECTORA

LEZP/D
lmr/myp

Página Web : www.iesantarosatrujillo.com
Facebook : [@iesantarosatrujillo.com](https://www.facebook.com/iesantarosatrujillo.com)
Correo : entidadeseexternas@iesantarosatrujillo.com

Jr. Ayacucho 510 . 532 - Centro Cívico Teléfono: 044 242312
www.iesantarosatrujillo.com