

**UNIVERSIDAD PRIVADA ANTENOR ORREGO**  
**FACULTAD DE MEDICINA HUMANA**  
**PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA**



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

“Procrastinación académica y hábitos de estudio en estudiantes de psicología del primer al cuarto ciclo, de una Universidad Particular, Piura - 2022”

**Área de Investigación:**

Ciencias Médicas – Procesos psicológicos de la Enseñanza Aprendizaje

**Autor(es):**

Br. Ramírez Guerra, Pía Jimena.  
Br. Rojas Vargas, Pamela Melina.

**Presidente:** Ramírez Alva, José

**Secretario:** Velez Sancarranco, Miguel Alberto

**Vocal:** Paredes Gamarra, Priscila Yelitza

**Asesora:**

Espinoza Porras Fátima Rosalía  
Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-8723-6478>

**Piura-Perú**

**2023**

## TESIS

### INFORME DE ORIGINALIDAD

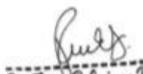
<b>12%</b> INDICE DE SIMILITUD	<b>12%</b> FUENTES DE INTERNET	<b>3%</b> PUBLICACIONES	<b>7%</b> TRABAJOS DEL ESTUDIANTE
-----------------------------------	-----------------------------------	----------------------------	--------------------------------------

### FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<b>repositorio.upao.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>5%</b>
<b>2</b>	<b>hdl.handle.net</b> Fuente de Internet	<b>4%</b>
<b>3</b>	<b>repositorio.ucv.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>2%</b>
<b>4</b>	<b>Submitted to Universidad Cesar Vallejo</b> Trabajo del estudiante	<b>1%</b>
<b>5</b>	<b>tesis.ucsm.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>

Excluir citas      Activo  
Excluir bibliografía      Activo

Exclude assignment template      Activo  
Excluir coincidencias      < 1%

  
Dra. Fátima R. Espinoza Perlas  
PSICÓLOGA  
C.Ps.P. 14102

## DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD

Yo, Fátima Rosalía Espinoza Porras, docente del Programa de Estudio de Psicología, de la Universidad Privada Antenor Orrego, asesor de la tesis de investigación titulada “Procrastinación académica y hábitos de estudio en estudiantes de Psicología del primer al cuarto ciclo de una universidad particular, Piura - 2022”, autoras, Pía Jimena Ramírez Guerra y Pamela Melina Rojas Vargas, dejo constancia de lo siguiente:

- El mencionado documento tiene un índice de puntuación de similitud de 12% Así lo consigna el reporte de similitud emitido por el software Turnitin el (día, mes y año).
- He revisado con detalle dicho reporte y la tesis, y no se advierte indicios de plagio.
- Las citas a otros autores y sus respectivas referencias cumplen con las normas establecidas por la Universidad.

Lugar y fecha: Piura, 26/10/2023

Fátima Rosalía  
Espinoza Porras  
DNI:043088898  
ORCID:  
0000000187236478

Rojas Vargas Pamela  
Melina  
DNI: 73960028

Pía Ramírez Guerra  
DNI: 72513784



---

Asesora



---

Autora



---

Autora

## **PRESENTACIÓN**

Ante el jurado calificador

Al cumplir con el reglamento de Grados y Títulos de la UPAO, Facultad de Medicina humana, Programa académico de Psicología, entrego bajo su criterio la evaluación del estudio “ Procrastinación académica y hábitos de estudio en estudiantes de psicología del primer al cuarto ciclo, de una Universidad Particular, Piura - 2022”, con la finalidad de obtener el título profesional de Licenciadas en Psicología. Agradezco por anticipado por las sugerencias y apreciaciones que se brinden en el estudio.

Piura, 16 de noviembre de 2023.

Br. Ramírez Guerra, Pía Jimena.

Br. Rojas Vargas, Pamela Melina

## DEDICATORIA

A mi madre Jessica Guerra por su apoyo incondicional, por ser la imagen de mujer que aspiro a ser en fortaleza y perseverancia.

A mi tía Irma Guerra y mi tío José Luis Osorio quienes fueron pieza clave de motivación y apoyo durante toda esta investigación.

A mis abuelos Amado Guerra e Irma Garcia quienes desde el cielo me acompañan en cada paso que doy.

A mi pareja Antonio Valdiviezo por siempre impulsarme a dar lo mejor de mi en cada reto que me trazo.

Ramírez Guerra, Pía Jimena.

Con todo mi amor a mi padre Roberto Rojas Alburqueque en el cielo por guiar mi camino y a mi madre Olivia Vargas por su apoyo y amor incondicional y por enseñarme a mirar las estrellas a través de las adversidades.

Rojas Vargas Pamela Melina.

## **AGRADECIMIENTOS**

Queremos expresar nuestra gratitud de la siguiente manera:

Agradecemos a Dios nuestro Padre Celestial por brindarnos sabiduría, perseverancia y fe, recordándonos que todo es posible y permitiendo que alcancemos esta meta.

Extendemos nuestro agradecimiento a nuestros padres, quienes nos brindaron apoyo constante durante nuestra etapa universitaria y en su culminación.

También deseamos agradecer a la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Privada Antenor Orrego, por proporcionarnos una formación de alta calidad, así como por las innumerables satisfacciones y logros que hemos alcanzado.

Nuestra asesora, la Dra. Fátima Espinoza Porras, merece un reconocimiento especial por su paciencia, confianza y orientación en la estructuración adecuada de nuestra investigación. Además, agradecemos su generosidad al compartir sus conocimientos y por inspirarnos a seguir en este camino de la investigación.

Finalmente, extendemos nuestros más sinceros agradecimientos a todas las personas que nos brindaron apoyo a lo largo de nuestra carrera y durante el proceso de investigación, dedicando su tiempo y esfuerzo. A cada uno de ustedes, les expresamos nuestra profunda gratitud.

## ÍNDICE DE CONTENIDO

<b>DEDICATORIA</b> .....	<b>III</b>
<b>AGRADECIMIENTOS</b> .....	<b>IV</b>
<b>ÍNDICE DE CONTENIDO</b> .....	<b>V</b>
<b>ÍNDICE DE TABLAS</b> .....	<b>VIII</b>
<b>RESUMEN</b> .....	<b>IX</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>X</b>
<b>CAPITULO I: MARCO METODOLÓGICO</b> .....	<b>10</b>
1.1. EL PROBLEMA.....	10
1.1.1. DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA.....	10
1.1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	12
1.1.3. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO.....	12
1.1.4. LIMITACIONES.....	13
1.2. OBJETIVOS.....	13
1.2.1. OBJETIVO GENERAL.....	13
1.2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS .....	14
1.3. HIPÓTESIS.....	14
1.3.1. HIPÓTESIS GENERAL.....	14
1.3.2. HIPÓTESIS ESPECÍFICAS.....	15
1.4. VARIABLES E INDICADORES .....	15
1.5. DISEÑO DE EJECUCIÓN .....	16
1.5.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN .....	16
1.5.2. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN.....	16
1.6. POBLACIÓN Y MUESTRA.....	17
1.6.1. POBLACIÓN .....	17
1.6.2. MUESTRA .....	17
1.6.3. MUESTREO.....	18

1.7. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....	18
1.8. PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS .....	19
1.9. ANÁLISIS ESTADÍSTICO .....	20
<b>CAPITULO II.....</b>	<b>21</b>
<b>MARCO REFERENCIAL TEÓRICO .....</b>	<b>21</b>
2.1. ANTECEDENTES.....	21
2.1.2. A NIVEL NACIONAL.....	22
2.1.3. A NIVEL LOCAL .....	24
2.2. MARCO TEÓRICO .....	24
2.2.2.1. ACERCA DE LA PROCATINACIÓN.....	24
2.2.2.2. ACERCA DE HABITOS DE ESTUDIO.....	26
2.3. MARCO CONCEPTUAL.....	29
<b>CAPITULO III.....</b>	<b>30</b>
<b>RESULTADOS .....</b>	<b>30</b>
<b>CAPITULO IV .....</b>	<b>41</b>
<b>ANÁLISIS DE RESULTADOS.....</b>	<b>41</b>
<b>CAPITULO V .....</b>	<b>47</b>
<b>CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....</b>	<b>47</b>
<b>CONCLUSIONES .....</b>	<b>47</b>
<b>RECOMENDACIONES.....</b>	<b>48</b>
<b>CAPITULO VI .....</b>	<b>49</b>
<b>REFERENCIAS Y ANEXOS.....</b>	<b>49</b>
6.1. REFERENCIAS .....	49
ANEXO 1. FORMATO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO .....	56
ANEXO 2. INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....	57
ANEXO 3. R.D. QUE APRUEBA EL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN .....	62

ANEXO 4. CONSTANCIA DE LA INSTITUCIÓN Y ORGANIZACIÓN DONDE SE HA DESARROLLADO LA PROPUESTA DE INVESTIGACIÓN .....	63
ANEXO 5. CONSTANCIA DEL ASESOR(A) .....	65
ANEXO 6. ESTUDIO PILOTO .....	66

## ÍNDICE DE TABLAS

TABLA 1 DISTRIBUCIÓN DE LA POBLACIÓN.....	17
TABLA 2 DISTRIBUCIÓN DE LA MUESTRA .....	17
TABLA 4 PRUEBA DE NORMALIDAD PARA LAS VARIABLES Y SUS DIMENSIONES DE HÁBITOS DE ESTUDIO .....	31
TABLA 5 ANÁLISIS CORRELACIONAL ENTRE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y HÁBITOS DE ESTUDIO .....	32
TABLA 6 NIVEL DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN LOS ESTUDIANTES .....	33
TABLA 7 NIVEL DE HÁBITOS DE ESTUDIO EN LOS ESTUDIANTES .....	34
TABLA 8 ANÁLISIS CORRELACIONAL ENTRE LAS DIMENSIONES DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y FORMA DE ESTUDIO .....	36
TABLA 9 ANÁLISIS CORRELACIONAL ENTRE LAS DIMENSIONES DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y RESOLUCIÓN DE TAREAS.....	37
TABLA 10 ANÁLISIS CORRELACIONAL ENTRE LAS DIMENSIONES DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y PREPARACIÓN DE EXÁMENES.....	38
TABLA 11 ANÁLISIS CORRELACIONAL ENTRE LAS DIMENSIONES DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y FORMA DE ESCUCHAR LA CLASE.....	39
TABLA 12 ANÁLISIS CORRELACIONAL ENTRE LAS DIMENSIONES DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y ACOMPAÑAMIENTO AL ESTUDIO .....	40
TABLA 13 CORRELACIÓN ITEM-TEST DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA.....	66
TABLA 14 CONFIABILIDAD DE LOS ÍTEMS DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA.....	67
TABLA 15 CORRELACIÓN ITEM-TEST DE HÁBITOS DE ESTUDIO.....	68
TABLA 16 CONFIABILIDAD DE LOS ÍTEMS DE HÁBITOS DE ESTUDIO .....	69

## RESUMEN

El presente estudio “Procrastinación académica y hábitos de estudio en estudiantes de psicología de una Universidad Particular de Piura” tuvo como objetivo Determinar la relación entre la procrastinación académica y hábitos de estudio en estudiantes de psicología del primer al cuarto ciclo de una universidad particular de Piura, en una muestra de 193 estudiantes de psicología del primer al cuarta ciclo, teniendo un método básico, no experimental, transversal, descriptivo correlacional, administrando La Escala de Procrastinación Académica (EPA) y el Inventario de Hábitos de Estudio (CASM-85). Obteniendo como resultado que existe relación ( $p=.026$ ;  $Rho=-.160$ ) entre las variables, teniendo un nivel medio de procrastinación académica (50.8%) y un nivel en general negativo (53.4%) de hábitos de estudio. Concluyendo que el no contar con hábitos de estudio desarrollados, se promueven con mayor frecuencia las conductas procrastinadoras en los estudiantes de psicología.

Palabras clave: Procrastinación académica; Hábitos de estudio; Estudiantes; Relación; Conductas; Desarrollo; Relación; método

## **ABSTRACT**

The objective of this study "Academic procrastination and study habits in psychology students from a Private University of Piura" was to determine the relationship between academic procrastination and study habits in psychology students from the first to the fourth cycle of a private university in Piura. , in a sample of 193 psychology students from the first to the fourth cycle, using a substantive, non-experimental, cross-sectional, descriptive correlational method, administering the Academic Procrastination Scale (EPA) and the Study Habits Inventory (CASM-85). Obtaining as a result that there is a relationship ( $p=.026$ ;  $Rho=-.160$ ) between the variables, having an average level of academic procrastination (50.8%) and a generally negative level (53.4%) of study habits. Concluding that not having developed study habits promotes procrastinating behaviors more frequently in psychology students.

Keywords: Academic procrastination; Study habits; Students; Relationship; Behaviors; Development; Relationship; Method

## CAPITULO I: MARCO METODOLÓGICO

### 1.1. EL PROBLEMA

#### 1.1.1. Delimitación del problema

En el ámbito de la investigación sobre la procrastinación académica y los hábitos de estudio en estudiantes universitarios, se observa una problemática significativa que afecta la calidad de la educación y el rendimiento académico. A lo largo de diferentes investigaciones, se han identificado patrones de comportamiento que muestran cómo la procrastinación académica se ha convertido en una tendencia común entre los estudiantes, con impactos negativos en su desarrollo académico y en su bienestar en general.

Se observa que los estudiantes realizan tarde sus pendientes académicos a partir de una baja motivación, y falta de satisfacción, percibiendo las tareas de manera aburrida. Asimismo, el postergar las responsabilidades genera en el individuo síntomas de ansiedad debido a las obligaciones, la mala inversión de tiempo, obteniendo malos resultados y no los esperados (Contreras, 2022).

Según Torres et al. (2017), se refiere al acto de postergar la realización de tareas obligatorias o con fechas establecidas, específicamente en el ámbito educativo. En contraste, los hábitos juegan un papel crucial en mejorar el rendimiento de los estudiantes universitarios al permitirles gestionar y organizar eficientemente su tiempo.

Esto conduce a la cultivación de una motivación y voluntad intrínseca frente a las responsabilidades y el estudio (Mondragón et al., 2017). En la etapa académica, hay una tendencia a la deserción sin haber intentado realmente estudiar, lo cual lo atrasan en su desarrollo académico, viéndose afectados a nivel emocional (Contreras, 2022).

Según Alvarado (2023), el proceso de la educación universitaria, es una experiencia de gran importancia para los estudiantes, porque puede ser tomada como base para la realización de sus futuros proyectos de vida, logrando sobrellevar la expectativa con la realidad, en la que se encuentran estrategias y hábitos que con el tiempo van adoptando inconscientemente, dichos hábitos pueden definir su éxito o fracaso a lo largo de su futuro, si no toman conciencia de la manera en la que están llevando su proceso educativo.

Ante el análisis de ambas variables, el estudiante tiene la oportunidad de tomar conciencia sobre la forma en que aborda sus responsabilidades académicas. Del mismo modo, los docentes reflexionan acerca de la importancia de orientar a sus alumnos hacia hábitos de estudio apropiados y proporcionarles las herramientas necesarias para el aprendizaje (Mondragón et al., 2017).

A nivel mundial, entre el 80% y el 95% de los estudiantes universitarios, en ciertas ocasiones, tienden a postergar sus tareas académicas. Alrededor del 70% se autodenomina como procrastinador, y aproximadamente el 50% muestra una inclinación problemática hacia esta conducta, dedicando en promedio un tercio de su tiempo a actividades de ocio, como videojuegos y uso del teléfono celular, en lugar de realizar sus responsabilidades (García y Silva, 2019).

En el contexto canadiense, los estudiantes se ven afectados cuando optan por abandonar sus responsabilidades académicas, tomando la decisión de postergar acciones a pesar de ser conscientes de las consecuencias. Esta elección de posponer actividades puede tener un impacto significativo en sus calificaciones, así como en su salud física y mental. Además, existe la posibilidad de que este comportamiento contribuya a la deserción académica, convirtiéndose así en un hábito perjudicial (Pickles, 2017).

En una investigación adicional que involucró a aproximadamente mil estudiantes universitarios de Lima y Junín, se observó que el 20% presentaba niveles elevados de procrastinación. Entre 517 estudiantes, el 20.5% admitió postergar sus tareas hasta el último día, compartiendo este hábito con un 15.1% de sus compañeros. Asimismo, un 15.9% de los participantes no consideraba relevantes los cursos que no les resultaban atractivos, clasificándose como procrastinadores el 47% de la muestra (Domínguez, 2017)

En el estudio de Silva (2020), en Piura, el 93% de los estudiantes procrastinaron en niveles elevados, mientras que el 7% restante lo hizo en un nivel medio. Este resultado generó preocupación, ya que podría haber afectado la formación educativa y profesional de los universitarios en el pasado. Además, los estudiantes estaban inmersos en obligaciones académicas relacionadas con el cumplimiento de actividades. En ocasiones, los estudiantes no comprendían su comportamiento frente

a la ejecución de tareas académicas, pero continuaron en esa rutina sin tener plena conciencia de las posibles consecuencias en su proceso educativo.

Ante ello surge el interés por realizar un estudio de las variables para determinar si existen algún tipo de asociación entre procrastinación y hábitos de estudio, pues se ha identificado su relevancia en los procesos educativos, siendo acciones comunes, los cuales lo realizan inconscientemente y si se refuerzan año tras año pueden llegar a convertirse en hábitos de estudios negativos, llegando a generar algún tipo de conflicto interno en los estudiantes al querer responsabilizarse y tener el hábito de dejar para último momento la ejecución de sus tareas, trayendo consecuencias en su futuro desenvolvimiento profesional y laboral.

#### 1.1.2. Formulación del problema

¿Cuál es la relación entre Procrastinación académica y hábitos de estudio en estudiantes de psicología del primer al cuarto ciclo, de una Universidad Particular, Piura - 2022?

#### 1.1.3. Justificación del estudio

El propósito de este estudio era aportar a una comprensión más profunda de cómo la resiliencia podría haber impactado en la manera en que los estudiantes de los primeros ciclos de una universidad privada manejaban sus hábitos de estudio y, a su vez, cómo esto incidía en sus vivencias educativas.

En cuanto a lo teórico, la investigación se justifica teóricamente debido a su relevancia en el contexto educativo actual, donde los constantes cambios en el sistema educativo demandan un enfoque en temas que promuevan el adecuado desarrollo estudiantil y su desempeño académico. El estudio busca reafirmar las teorías relacionadas con las variables estudiadas en estudiantes universitarios, ofreciendo una oportunidad para obtener nuevos entendimientos acerca de cómo estas variables pueden influir en su cognición y comportamiento.

En términos de metodología, se basó en la aplicación de un cuestionario diseñado específicamente para evaluar las variables en consideración. Este enfoque metodológico permitió una comprensión más profunda de la relación entre la

procrastinación académica y los hábitos de estudio en estudiantes de psicología, estableciendo así un sólido marco para el análisis de los datos recopilados.

En la práctica, el propósito de esta investigación fue presentar propuestas psicoeducativas que pudieran ser utilizadas tanto de manera preventiva como promocional para atenuar los efectos negativos de la procrastinación académica y fomentar hábitos de estudio más eficaces. Estas propuestas tenían el potencial de generar un impacto significativo en el rendimiento académico de los estudiantes y en su bienestar general.

Finalmente, a nivel social, esta investigación tiene el potencial de beneficiar a múltiples partes interesadas. En primer lugar, los propios estudiantes de psicología de la Universidad Particular en Piura se beneficiarán al adquirir un mayor conocimiento sobre cómo abordar la procrastinación y mejorar sus hábitos de estudio. Además, la institución educativa podrá utilizar los resultados para ofrecer una orientación más efectiva a sus estudiantes y mejorar la calidad de la educación en este campo. En última instancia, la sociedad en su conjunto se beneficia al contar con profesionales de la psicología mejor preparados y más eficaces en sus futuros roles, lo que contribuye al bienestar general y al progreso social.

#### 1.1.4. Limitaciones

- Estos resultados únicamente serán generalizables o aplicables a poblaciones semejantes con esta investigación.
- El acceso a la población fue limitado ya que, por el contexto que se vivía, retraso los tiempos de la aplicación de los instrumentos.
- La virtualidad nos limitó ya que fue difícil poder ingresar en los horarios de los docentes.

### 1.2. Objetivos

#### 1.2.1. Objetivo general

Determinar la relación entre la procrastinación académica y hábitos de estudio en estudiantes de psicología del primer al cuarto ciclo de una universidad particular de Piura.

### 1.2.2. Objetivos específicos

Determinar la relación entre las dimensiones de procrastinación académica y la dimensión Formas de estudio de la variable hábitos de estudio en estudiantes de psicología del primer al cuarto ciclo de una universidad particular de Piura.

Determinar la relación entre las dimensiones de procrastinación académica y la dimensión Resolución de tareas de la variable hábitos de estudio en estudiantes de psicología del primer al cuarto ciclo de una universidad particular de Piura.

Determinar la relación entre las dimensiones de procrastinación académica y la dimensión Preparación de exámenes de la variable hábitos de estudio en estudiantes de psicología del primer al cuarto ciclo de una universidad particular de Piura.

Determinar la relación entre las dimensiones de procrastinación académica y la dimensión Formas de escuchar la clase de la variable hábitos de estudio en estudiantes de psicología del primer al cuarto ciclo de una universidad particular de Piura.

Determinar la relación entre las dimensiones de procrastinación académica y la dimensión Que acompaña en sus momentos de estudio de la variable hábitos de estudio en estudiantes de psicología del primer al cuarto ciclo de una universidad particular de Piura.

Identificar el nivel de procrastinación académica en estudiantes de psicología del primer al cuarto ciclo de una universidad particular de Piura.

Identificar el nivel de hábitos de estudio en estudiantes de psicología del primer al cuarto ciclo de una universidad particular de Piura.

### 1.3. Hipótesis

#### 1.3.1. Hipótesis general

Hi: Existe relación entre procrastinación académica y hábitos de estudio en estudiantes de psicología del primer al cuarto ciclo, de una Universidad Particular de Piura

### 1.3.2. Hipótesis específicas

H1: Existe una relación significativa entre las dimensiones de procrastinación académica y la dimensión "Formas de estudio" de la variable hábitos de estudio en estudiantes de psicología del primer al cuarto ciclo de una universidad particular de Piura.

H2: Existe una relación significativa entre las dimensiones de procrastinación académica y la dimensión "Resolución de tareas" de la variable hábitos de estudio en estudiantes de psicología del primer al cuarto ciclo de una universidad particular de Piura.

H3: Existe una relación significativa entre las dimensiones de procrastinación académica y la dimensión "Preparación de exámenes" de la variable hábitos de estudio en estudiantes de psicología del primer al cuarto ciclo de una universidad particular de Piura.

H4: Existe una relación significativa entre las dimensiones de procrastinación académica y la dimensión "Formas de escuchar la clase" de la variable hábitos de estudio en estudiantes de psicología del primer al cuarto ciclo de una universidad particular de Piura.

H5: Existe una relación significativa entre las dimensiones de procrastinación académica y la dimensión "Acompañamiento en sus momentos de estudio" de la variable hábitos de estudio en estudiantes de psicología del primer al cuarto ciclo de una universidad particular de Piura.

### 1.4. Variables e indicadores

Variable e indicadores 1: Procrastinación Académica, evaluado mediante la escala de procrastinación académica (EPA)

- Autorregulación académica

Postergación de actividades

Variable e indicadores 2: Hábitos de estudio, evaluado mediante el inventario de hábitos de estudio (CASM-85)

Formas de Estudio

Resolución de tareas

Preparación de exámenes

Formas de escuchar la clase

Que acompaña en sus momentos de estudio

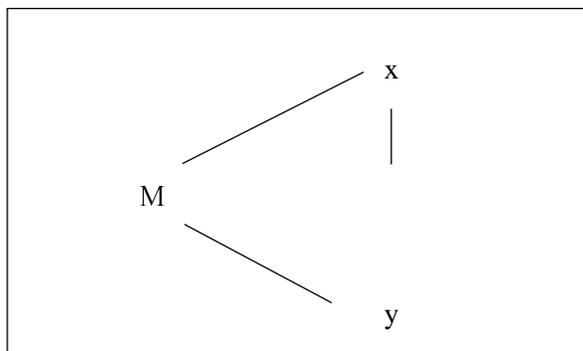
## 1.5. Diseño de ejecución

### 1.5.1. Tipo de investigación

Según Sánchez y Reyes (2018), el tipo de estudio es básica porque resulta fundamental describir objetos o fenómenos mediante la observación directa, ya que esta metodología permite recopilar información de manera simultánea en un instante preciso.

### 1.5.2. Diseño de investigación

Este estudio es no experimental, ya que se centra en la medición natural de los efectos de la variable. En cambio, se considera correlacional, ya que busca establecer relaciones entre los fenómenos psicológicos (Sánchez y Reyes 2015)



Dónde:

M: Estudiantes

V1: Procrastinación Académica

V2: Hábitos de estudio

R: Correlación.

## 1.6. Población y muestra

### 1.6.1. Población

Estará conformada por alumnos de 1ero y 4to ciclo de una universidad privada de Piura, siendo un total de 239 estudiantes entre hombres y mujeres, entre los 18 a 25 años de edad.

**Tabla 1**

*Distribución de la población*

<b>Estudiantes</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
I ciclo	104	43.51
II ciclo	25	10.46
III ciclo	85	35.56
IV ciclo	25	10.46
Total	239	100

**Fuente:** estudiantes registrados en el programa de estudio de psicología

### 1.6.2. Muestra

Conformado por 193 universitarios de I, II, III y IV ciclo de psicología del semestre académico 2022-I

**Tabla 2**

*Distribución de la muestra*

<b>Ciclo de estudios</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
I	95	49.22
II	16	8.29
III	66	34.20
IV	16	8.29
Total	193	100

**Fuente:** estudiantes registrados en el programa de estudio de psicología

### 1.6.3. Muestreo

En este estudio en particular, se ha seleccionado un enfoque de muestreo no probabilístico por conveniencia, el cual es empleado cuando el investigador posee demasiadas limitaciones en la selección de la muestra y además, cuando la misma es muy reducida, seleccionando los casos a conveniencia del autor (Otzen y Manterola, 2017).

### 1.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

#### Técnica

La técnica de la encuesta implica la aplicación de un cuestionario a un grupo de personas, proporcionando datos sobre las opiniones, actitudes y comportamientos de los participantes. Este tipo de técnica puede ser llevado a cabo de manera presencial, telefónica, a través de correo o mediante plataformas en redes sociales (Hernandez y Mendoza, 2018)

#### Instrumentos

Instrumento 1: Escala de Procrastinación Académica (EPA)

#### Ficha Técnica:

Prueba diseñada por Busko (1998), en Canadá, siendo adaptada por Álvarez en el 2010. La prueba EPA, se encuentra conformada por 16 ítems con respuesta cerrada, permitiendo valorar lo propenso que están los alumnos a la procrastinación académica, asimismo, las preguntas se valoran desde Nunca (5) hasta, Siempre (1), teniendo una interpretación de puntaje directa, dónde a mayor puntaje del alumno simboliza que tiene un comportamiento de más alta de procrastinación. Teniendo 3 niveles: Alta, Moderada y Baja; en lo que respecta a Autorregulación académica (2,5,6,7,10,11,12,13 y 14), calificándose indirectamente, cuanto más elevado el puntaje, la autorregulación disminuye y Postergación de actividades (1,8, 9, 15 y 16), calificándose de manera directa, a mayor puntaje obtiene, mayor su inclinación al

aplazamiento. Las preguntas 3,4,15 y 16 se consideran ítems distractores con una escasa validez y no obtienen una puntuación (Sulio, 2018).

Original: Obtuvo un alfa de 0.81, por lo cual se considerad un test aceptado para su aplicación (Sulio, 2018).

Prueba piloto: Para el presente estudio se obtuvo la validez mediante item-test el cual resultó en valores  $>.20$ , siendo válido con valores entre  $.23$  y  $.63$ . Obteniendo la confiabilidad mediante valores alfa y omega, teniendo valores de  $.611$  y  $.703$ , respectivamente, teniendo una buena confiabilidad. El instrumento quedó hábil con 10 reactivos.

## Instruemnto 2: Inventario de Hábitos de Estudio (CASM-85)

### Ficha Técnica:

El Inventario CASM-85, adaptado por Vicuña (2005), siendo creado en 1985, con una revisión de 1998, reimpresso en 2005 y 2014; esta última sugirió la adición de dos ítems, pero se usó al final la escala de 53 ítems de 1998 y 2005, teniendo como propósito medir el nivel de estudio de universitarios o de institutos superiores, construido por 53 ítems; consta de 5 dimensiones; con respuestas dicotómicas: Siempre y Nunca. La aplicación de este inventario es para alumnos de secundaria y de universidad, se puede aplicar grupalmente e individualmente, en un tiempo de 20 minutos (Alarcón et al, 2019).

Original: Obtuvo muy altos valores ( $> .90$ ) en pruebas de confiabilidad y test - retest, de igual forma en criterio de validez (Figueroa, 2019).

Prueba piloto: Para el presente estudio se obtuvo la validez mediante la correlación item-test el cual resultó en valores  $>.20$ , siendo válido con valores entre  $.22$  y  $.62$ . Obteniendo la confiabilidad mediante valores alfa y omega, teniendo valores de  $.803$  y  $.812$ , respectivamente, teniendo una muy buena confiabilidad. El instrumento quedó hábil con 30 reactivos.

## 1.8. Procedimiento de recolección de datos

Para el presente estudio, se hizo la búsqueda de los instrumentos de las variables, posteriormente se solicitó el acceso a la universidad particular, asimismo se buscó cuantificar los estudiantes haciéndose la solicitud a la escuela profesional de

psicología, planificando la aplicación de los instrumentos, mediante los docentes de cada ciclo académico. Para la aplicación de los mismos se hizo uso de la herramienta de Formularios Google, realizando un muestreo adecuado, para luego enviar el link de dicho formulario a los alumnos, emitiéndose el consentimiento informado, durante su clase virtual con previo permiso del docente, con quien se hicieron las coordinaciones mediante el correo institucional.

#### 1.9. Análisis estadístico

Tras obtener los puntajes de la muestra tras la administración de los test, se plasmó en Excel para su procesamiento, aplicando la estadística descriptiva en inferencial mediante el SPSS 26. Se pasó a estructurar tablas porcentuales según los niveles obtenidos de los puntajes directos y se realizó las tablas con los datos de las puntuaciones directas (Estuardo, 2012; Kline, 2005). Se aplicó Kolmogorov-Smirnov (Kline, 2005), siendo un estadístico apropiado para más de 50 elementos (González, et al, 2006; Mendas y Pala, 2018); obteniendo como resultado un valor  $p < 0.05$ , siendo una distribución no simétrica, de tal forma que el contraste de hipótesis se realizó con el coeficiente de correlación de Spearman, con una confiabilidad del 95% (Gorgas, et al, 2011). Por último, la presentación de los resultados fue acorde al formato APA, respondiendo a cada uno de los objetivos establecidos.

## MARCO REFERENCIAL TEÓRICO

### 2.1. Antecedentes

Estremadoiro et al. (2020), en Bolivia, llevaron a cabo una investigación cuantitativa, transversal y descriptiva para determinar la procrastinación académica. La población estudiada consistió en 353 alumnos universitarios, de los cuales se seleccionaron 319 participantes. Los resultados revelaron que el 94% de los estudiantes exhiben un nivel medio-bajo de procrastinación, mientras que solo el 6% de los universitarios presenta un bajo grado de procrastinación. Estos hallazgos tienen implicaciones significativas para la gestión del tiempo y la autorregulación académica entre los estudiantes universitarios, resaltando la importancia de abordar este tema en el entorno educativo, Se observa que hay porcentaje elevado de alumnos que se hallan dentro de una problemática que puede llegar a dificultar cierto aspecto de su vida académica.

Zárate et al. (2018), en México, llevaron a cabo una investigación que estableció una relación entre los hábitos de estudio y el estrés académico en una muestra de 741 universitarios. Este estudio se enmarca en un diseño de investigación correlacional y transversal. Para la recopilación de datos, se emplearon el Inventario de Hábitos de Estudio y el Inventario de Estrés Académico. Los resultados del estudio indicaron que un 36.82% de los estudiantes presenta hábitos de estudio inadecuados, y un alto 81.04% perciben estresores en su entorno académico. Además, se encontró una relación significativa entre estas variables ( $\chi^2 = 0.278$ ). Como conclusión, se destaca que el estrés académico es percibido de manera más pronunciada en aquellos estudiantes que exhiben hábitos de estudio inadecuados.

Auqui et al. (2020) en Colombia, llevaron a cabo una investigación con un enfoque cuantitativo y un diseño experimental, con alcance correlacional y naturaleza básica, en el ámbito de campo y de corte transversal. Su objetivo principal fue analizar la relación entre la inteligencia emocional y los hábitos de estudio en la muestra de

estudiantes. La muestra estuvo conformada por 154 estudiantes a quienes se les administraron dos instrumentos de recolección de datos: el test TMMS-24 para medir la inteligencia emocional y el Inventario de hábitos de estudio CASM-85. Los resultados obtenidos indicaron que no existe una correlación significativa entre las variables investigadas.

Sigchos (2018), en Ecuador, llevó a cabo un estudio de enfoque cuantitativo, descriptivo y correlacional. Su investigación abarcó tanto el estudio bibliográfico como la recopilación de datos de campo. El propósito principal de la investigación fue analizar la influencia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico de los estudiantes mencionados. La muestra incluyó a 219 universitarios, y el instrumento utilizado fue el cuestionario CHTE, desarrollado por Alvarez y Fernandez en 1989. Los resultados del estudio revelaron que, aunque la relación entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico es baja, se subraya la importancia de los hábitos de estudio en el proceso de aprendizaje, destacando la relevancia de dos indicadores específicos.

#### 2.1.2. A nivel nacional

Alarcón et al. (2019) relacionaron los hábitos de estudio y procrastinación académica en Lima, con método transversal correlacional, en una muestra de 239 universitarios; aplicando dos cuestionarios. Obteniendo una relación negativa entre variable y dimensión ( $p < 0.05$ ). Concluyendo, que se afirma que las variables se relacionan, considerando que, la relación positiva y alta de las variables, la problemática es mayor, sin embargo, siempre se debe tener en cuenta algunos aspectos por los cuales se obtiene una mayor tendencia en una variable sobre la otra.

Chanamé (2020) relacionó la procrastinación académica y hábitos de estudio en Chiclayo, siendo un estudio transversal correlacional, en una muestra de 324 alumnos; aplicando la escala de procrastinación académica y el inventario de hábitos de estudio. Resultando, una relación inversa en ambas variables; concluyendo que, cuando se tienen buenos hábitos de estudio el estudiante baja su procrastinación, este estudio, demuestra la relación negativa, lo que conlleva a determinar la importancia

que tiene la adecuación correcta de dichos hábitos en los alumnos universitarios, para así disminuir la procrastinación y lograr la ejecución de sus actividades académicas con éxito.

Huacho (2019), en Lima, llevó a cabo un estudio de tipo descriptivo correlacional con el objetivo de evaluar los niveles de hábitos de estudio y estilos de aprendizaje en estudiantes de instituciones seleccionadas, además de establecer relaciones y comparaciones basadas en diversos criterios. La muestra de estudio incluyó a 338 estudiantes, a quienes se les aplicaron dos instrumentos de recolección de datos: el Test de Hábitos de Estudio CASM-85 y un Test de Estilos de Aprendizaje. Los resultados obtenidos indicaron que existe una relación significativa entre ambas variables de estudio ( $r=564$ ). En cuanto a los hábitos de estudio, no se observaron diferencias significativas según el género, pero sí se identificaron diferencias en función de la edad, el grado escolar y la composición familiar. En relación con los estilos de aprendizaje, se encontraron diferencias en los estilos kinestésico y visual.

Cardich (2019) en Lima, llevó a cabo un estudio cuantitativo, cuasiexperimental y longitudinal. El objetivo principal fue evaluar en qué medida el Programa del Diploma del Bachillerato Internacional afecta los hábitos de estudio y el nivel de autoeficacia en el rendimiento escolar de los estudiantes mencionados. La muestra inicial constaba de 73 estudiantes, pero finalmente se trabajó con 50 sujetos, de los cuales 29 formaron parte del grupo control y 21 del grupo experimental. Para la recolección de datos, se emplearon dos instrumentos: el Inventario de Hábitos de Estudio CASM-85 (revisión 2005) y una Escala de Autoeficacia en el Rendimiento Escolar. Además, se utilizó un cuestionario personal llamado Cuestionario Personal IB, que no se incluyó en el análisis estadístico. Los resultados indicaron que en el grupo experimental se observaron cambios en las puntuaciones generales relacionadas con los hábitos de estudio, aunque no se observaron variaciones significativas en la autoeficacia.

### 2.1.3. A nivel local

Silva (2020), en Piura, relacionó la procrastinación académica y hábitos de estudio en Piura, utilizando un diseño descriptivo, correlacional, en 132 universitarios, aplicándoles dos cuestionarios diseñados. Obteniendo una relación positiva entre las variables ( $p < 0.05$ ); se concluye que ambas variables están relacionadas estrechamente, esta investigación, confirmamos la relación existente entre ambas variables, lo que destaca lo básico que pueden ser estos hábitos para llevar la educación universitaria satisfactoriamente y evitar la procrastinación académica.

## 2.2. Marco teórico

### 2.2.2.1. Acerca de la Procastinación.

#### Definición de Procastinación:

Se la considera como la inclinación irracional de los universitarios a postergar actividades que deben completarse en un plazo específico (Burgos y Salas, 2020). Esta tendencia se desarrolla porque los individuos optan por realizar actividades que les brindan satisfacción inmediata, como jugar videojuegos o utilizar sus dispositivos móviles, en lugar de centrarse en sus responsabilidades académicas. En cierto modo, la procrastinación académica se percibe como un acto de irresponsabilidad que, además, puede extenderse a otros aspectos de la vida de la persona, lo que afecta negativamente su interacción social (Atalaya et al., 2019).

Además, Díaz (2019) sostiene que la procrastinación académica se refiere al retraso en el inicio de las tareas académicas con plazos de entrega establecidos o en la preparación adecuada para exámenes. Por lo general, estas tareas son pospuestas en favor de actividades sociales o de entretenimiento que proporcionan gratificación a corto plazo.

En cuanto a las dimensiones de la procrastinación académica, Sulio (2018) identifica dos:

**Autorregulación académica:** Esta dimensión se relaciona con la capacidad de los estudiantes para controlar su motivación, comportamiento y cognición a fin de

alcanzar sus objetivos académicos. Implica la organización de acciones orientadas hacia el logro de metas de aprendizaje y el control de comportamientos y pensamientos para alcanzar esas metas.

Postergación de actividades: Esta dimensión se refiere a la tendencia de los estudiantes a retrasar o prolongar la realización de tareas debido a una gestión ineficiente del tiempo o la sustitución de tareas prioritarias por actividades que les resultan más placenteras o fáciles de realizar.

Además, existen enfoques explicativos de la procrastinación académica, como el psicodinámico, que sugiere que el miedo al fracaso y la evitación de las tareas pueden estar relacionados con relaciones familiares disfuncionales (Sulio, 2018). Burka et al. (2008) señalan dos patrones familiares que influyen en la procrastinación: uno que ejerce una fuerte presión hacia el éxito y otro que carece de confianza en las habilidades de los hijos, lo que puede afectar negativamente su autoestima.

Desde el enfoque motivacional de Mc Cown et al. (1991) argumentan que la procrastinación puede estar relacionada con la motivación, donde los individuos evitan tareas que perciben como difíciles y tienden a elegir actividades más seguras en términos de éxito.

Desde un enfoque conductista, Skinner (1997) sugiere que las conductas se mantienen debido a las consecuencias que generan. La procrastinación puede persistir si los retrasos en la realización de tareas han sido reforzados positivamente en el pasado. Los individuos que procrastinan conductualmente a menudo planifican y comienzan tareas pero las abandonan temprano sin considerar su prioridad o completitud (Sulio, 2018).

El enfoque cognitivo, respaldado por Ellis et al. (1997), plantea que la procrastinación se debe a creencias irracionales sobre el fracaso y una visión distorsionada de las consecuencias de completar una tarea. Tendencias como el perfeccionismo, la necesidad de aprobación y la escasez de habilidades pueden estar relacionadas con la procrastinación.

Por último, en el enfoque cognitivo-conductual, Natividad (2014) argumenta que los pensamientos y las creencias influyen en la conducta y las emociones. Las

creencias irracionales y los autoesquemas negativos pueden contribuir a la procrastinación.

En cuanto a los tipos de procrastinación académica, Schouwenburg (2004) distingue entre dos tipos:

**Procrastinación académica esporádica:** Esta conducta se refiere al retraso ocasional en tareas académicas específicas debido a una mala gestión del tiempo. No es un comportamiento continuo ni frecuente en todas las actividades académicas.

**Procrastinación académica crónica:** En este caso, el retraso en las tareas se convierte en un hábito y forma parte de la rutina del estudiante. Puede ser causado por el temor al fracaso y una baja motivación para completar las tareas académicas.

Las consecuencias de la procrastinación académica incluyen la ansiedad, la pérdida de confianza en uno mismo, sentimientos de culpa e insatisfacción, y un bajo rendimiento académico (Vega, 2013; citado por Sulio, 2018).

#### 2.2.2.2. Acerca de Hábitos de Estudio.

##### Definición de Hábitos de Estudio.

Se refiere a las técnicas y rutinas que los estudiantes utilizan para abordar sus actividades académicas (Mondragón et al., 2017). Estos hábitos incluyen la forma en que organizan su tiempo y aplican estrategias al estudiar.

Las dimensiones de los hábitos de estudio, según Vicuña (2005; citado por Alarcón y Córdova, 2019), son las siguientes:

**Forma de estudio:** hace referencia a la aplicación de técnicas de estudio, así como a las costumbres, comportamientos y disposición que un individuo tiene al abordar sus tareas educativas. En esta dimensión, se evalúan aspectos como la organización que el estudiante emplea para su estudio.

**Resolución de tareas:** Son las acciones y la actitud que el estudiante tiene en su casa para hacer las tareas, tomando en cuenta el acceso del estudiante a libros de información, textos, etc.

Preparación de exámenes: Involucra la gestión del tiempo, de recursos para planificar y rendir sus exámenes, todas estas acciones ayudaran al alumno a mantenerse relajado, concentrado y sin presión al momento de dar su examen.

Forma de escuchar la clase: Relacionado con realizar el registro de la información que el docente dicta en su clase al estudiante, el orden utilizado, las preguntas que realiza al profesor y a la vez, evitar las distracciones del alumno

Acompañamiento de estudio: Elementos externos que logran influir en el estudio, como la alimentación, el lugar donde estudiar y la organización del tiempo en el momento de estudio.

También, se cuenta con teorías científicas sobre los hábitos de estudio, siendo dos principales teorías que se encuentran en relación con los hábitos de estudios (Matencio, 2019):

La Teoría Cognoscitiva de Jean Piaget, en el cual, el psicólogo y biólogo Jean Piaget propuso esta teoría a mitad del siglo XIX, desarrollado en base a las observaciones de la conducta de niños, especialmente la conducta de sus hijos. Resaltando la habilidad innata para la adaptabilidad social, siendo este el inicio del desarrollo cognoscitivo. Esta teoría, lo que quiere decir, es que el alumno para lograr el aprendizaje como tal, tiene que planificar, implementar distintas estrategias que lo conllevaran al aprendizaje; afirmando que para optimizar el proceso de aprender es primordial desarrollar algunas operaciones cognitivas, poniendo un ejemplo en cuanto el estudio, podemos decir que este es un proceso que se encuentra activo, en el cual el alumno tiene realiza diversas acciones como lo es, subrayar, elaborar mapas mentales, analizar, etc.

Y la Teoría del Procesamiento de la Información, done el autor Duffé (1970), citado en Matencio (2019), indica que esta teoría es una corriente que explica cómo funcionan los procesos intelectuales y la manera en que el individuo determina su comportamiento, dirigida a la forma de asimilar la información. Es así que, Gimeno y Pérez (1993) coinciden en que la persona procesa la información, recibéndola, trabajando y accionando de acuerdo a ello, por medio de la manera en que la información se recoge, convierte, manipula, se recupera y es utilizada.

Esta teoría, realiza una comparación entre la computadora y la mente humana; en el estudio, cuando el alumno lee algún tema procesa la información para lograr entenderla y todo este proceso si es que es realizado a través de técnicas de análisis y resumen, adquiridos por los adecuados hábitos de estudio, resultan siendo muy fructíferos.

Asimismo, en la serie de beneficios de los Hábitos de Estudio, Chalá y Sangoquiza (2021), refieren que, cuando los hábitos de estudios son los adecuados y son utilizados de la manera correcta, al estudiante le genera bienestar en distintos ámbitos y un sentido de independencia, ya que, de cierta forma no necesitará de la presencia de su docente para implementar su proceso educativo, dentro de los beneficios tenemos:

**Aprender a organizar:** El alumno aprende a ser más organizado, aprende a gestionar su tiempo, esta habilidad la va adquiriendo poco a poco y la va perfeccionando a diario, lograr dar prioridad a sus actividades de acuerdo a la necesidad, eliminado distractores que puedan interrumpir su meta.

**Reducir la ansiedad:** La creación de adecuados hábitos de estudios reduce en gran proporción la ansiedad, ya que, potencializan sus habilidades de aprendizaje mejorando su rendimiento académico.

**Aprendizaje de normas:** Es necesario que los estudiantes aprendan el respeto por las normas de aprendizaje, estableciendo sus propias reglas al momento de estudiar.

**Utilización de tiempo:** El estudiante reparte su tiempo adecuadamente, mejorando su utilización al realizar sus actividades, inclusive puede hacer uso de una agenda diaria.

**Constancia:** El estudiante debe tener perseverancia al momento de realizar todas sus actividades, sin rendirse hasta lograr su objetivo trazado.

**Dedicación:** El estudiante llega a sentirse atraído por sus estudios, por la realización de sus tareas y cada uno de los retos que se le pueden presentar en su proceso educativo

### 2.3. Marco conceptual

Procrastinación Académica: Es un fenómeno común entre estudiantes universitarios, caracterizado por el retraso deliberado en la realización de tareas académicas, a menudo debido a la preferencia por actividades más gratificantes a corto plazo (Álvarez,20210)

Habitos de estudio: Son las prácticas y técnicas que los estudiantes emplean para adquirir conocimientos y enfrentar sus tareas académicas de manera efectiva, lo que influye en su rendimiento académico y éxito educativo. (Vicuña, 2005)

**CAPITULO III**  
**RESULTADOS**

Tabla 3

*Prueba de normalidad para las variables y sus dimensiones de Procrastinación académica*

	<b>N</b>	<b>K-S</b>	<b>P</b>
Autorregulación académica	193	.078	.006 <sup>b</sup>
Postergación de actividades	193	.130	.000 <sup>b</sup>
Procrastinación académica	193	.087	.001 <sup>b</sup>

Nota:

N= muestra

K-S= Kolmogorov Smirnov

P= valor de probabilidad

b=  $P < 0.05$

En la tabla 3, se observa un valor  $p = .001$ , el cual es menor a alfa ( $p < 0.05$ ), resultando una variabilidad de los datos, haciéndose uso del Rho de Spearman.

**Tabla 4**

*Prueba de normalidad para las variables y sus dimensiones de Hábitos de estudio*

	<b>N</b>	<b>K-S</b>	<b>P</b>
Forma de estudio	193	.146	.000 <sup>b</sup>
Resolución de tareas	193	.222	.000 <sup>b</sup>
Preparación de exámenes	193	.172	.000 <sup>b</sup>
Forma de escuchar la clase	193	.159	.000 <sup>b</sup>
Acompañamiento al estudio	193	.182	.000 <sup>b</sup>
Hábitos de estudio	193	.124	.000 <sup>b</sup>

Nota:

N= muestra

K-S= Kolmogorov Smirnov

P= valor de probabilidad

b=  $P < 0.05$

En la tabla 4, se observa un valor  $p = .000$ , el cual es menor a alfa ( $p < 0.05$ ), resultando una variabilidad de los datos, haciéndose uso del Rho de Spearman.

**Tabla 5**

*Análisis correlacional entre procrastinación académica y hábitos de estudio*

	<b>Hábitos de estudio</b>	<b><i>p</i></b>
HI: Procrastinación académica	- .160*	.026

Nota.

\* $P < 0.05$

\*\* $P < 0.01$

En la tabla 5, se observa que existe relación negativa entre las variables ( $p = .026$ ;  $- .160$ ).

**Tabla 6**

*Nivel de Procrastinación académica en los estudiantes.*

		<b>N</b>	<b>%</b>
Procrastinación académica	Bajo	56	29,0
	Medio	98	50,8
	Alto	39	20,2
Autorregulación académica	Bajo	54	28,0
	Medio	93	48,2
	Alto	46	23,8
Postergación de actividades	Bajo	68	35,2
	Medio	96	49,7
	Alto	29	15,0
Total		193	100

En la tabla 6, se obtuvo un nivel medio (50.8%) de procrastinación académica, un nivel medio (48,2%) de autorregulación académica, y un nivel medio (49,7%) de postergación de actividades.

**Tabla 7***Nivel de Hábitos de estudio en los estudiantes.*

		<b>N</b>	<b>%</b>
Hábitos de estudio	Muy negativo	10	5,2
	Negativo	47	24,4
	Tendencia (-)	46	23,8
	Tendencia (+)	44	22,8
	Positivo	29	15,0
	Muy positivo	17	8,8
Forma de estudio	Muy negativo	18	9,3
	Negativo	44	22,8
	Tendencia (-)	39	20,2
	Tendencia (+)	44	22,8
	Positivo	48	24,9
	Muy positivo	0	0,0
Resolución de tareas	Muy negativo	16	8,3
	Negativo	55	28,5
	Tendencia (-)	46	23,8
	Tendencia (+)	28	14,5
	Positivo	31	16,1
	Muy positivo	17	8,8
Preparación de exámenes	Muy negativo	24	12,4
	Negativo	42	21,8
	Tendencia (-)	40	20,7
	Tendencia (+)	57	29,5
	Positivo	16	8,3
	Muy positivo	14	7,3
		<b>N</b>	<b>%</b>

	Muy negativo	20	10,4
	Negativo	39	20,2
Forma de escuchar la clase	Tendencia (-)	56	29,0
	Tendencia (+)	45	23,3
	Positivo	20	10,4
	Muy positivo	13	6,7
	Muy negativo	43	22,3
	Negativo	45	23,3
Acompañamiento al estudio	Tendencia (-)	34	17,6
	Tendencia (+)	29	15,0
	Positivo	33	17,1
	Muy positivo	9	4,7
Total		193	100,0

En la tabla 7, se observa un nivel negativo (24.4%) en los Hábitos de estudio. También, se observa que en la forma de estudio un 24.9% en nivel positivo. En resolución de tareas un 28.5% fue negativo. En preparación de exámenes un 21.8% fue negativo. En forma de escuchar la clase un nivel negativo 20.2%. En acompañamiento al estudio un nivel negativo (23.3%).

**Tabla 8**

*Análisis correlacional entre las dimensiones de procrastinación académica y Forma de estudio*

	<b>Autorregulación académica</b>	<b>p</b>	<b>Postergación de actividades</b>	<b>p</b>
H1: Forma de estudio	.164*	.023	-.167*	.021

Nota.

p<0.05

\*P<0.05

\*\*P<0.01

En la tabla 8, se observa que existe relación entre la dimensión Autorregulación académica y Forma de estudio ( $p=0.023$ ), teniendo un tamaño de efecto bajo ( $\rho = .164$ ). Y existe relación entre la dimensión Postergación de actividades y Forma de estudio ( $p=0.021$ ), teniendo un tamaño de efecto bajo ( $\rho = -.167$ ).

**Tabla 9**

*Análisis correlacional entre las dimensiones de procrastinación académica y Resolución de tareas*

	<i>Autorregulación académica</i>	<i>p</i>	<i>Postergación de actividades</i>	<i>p</i>
H2: Resolución de tareas	-.223**	.002	.205**	.004

Nota.

p<0.05

\*P<0.05

\*\*P<0.01

En la tabla 9, se observa que existe relación entre la dimensión Autorregulación académica y Resolución de tareas ( $p=0.002$ ), teniendo un tamaño de efecto bajo ( $\rho=-.223$ ). Y existe relación entre la dimensión Postergación de actividades y Resolución de tareas ( $p=0.004$ ), teniendo un tamaño de efecto bajo ( $\rho=.205$ ).

**Tabla 10**

*Análisis correlacional entre las dimensiones de procrastinación académica y Preparación de exámenes*

	<b>Autorregulación académica</b>	<b>p</b>	<b>Postergación de actividades</b>	<b>p</b>
H3: Preparación de exámenes	-.362**	.001	.233**	.001

Nota.

p<0.05

\*P<0.05

\*\*P<0.01

En la tabla 10, se observa que existe relación entre la dimensión Autorregulación académica y Preparación de exámenes ( $p=0.001$ ), teniendo un tamaño de efecto bajo ( $\rho = -.362$ ). Y existe relación entre la dimensión Postergación de actividades y Preparación de exámenes ( $p=0.001$ ), teniendo un tamaño de efecto bajo ( $\rho = .233$ ).

**Tabla 11**

*Análisis correlacional entre las dimensiones de procrastinación académica y Forma de escuchar la clase*

	<b>Autorregulación académica</b>	<b>p</b>	<b>Postergación de actividades</b>	<b>p</b>
H4: Forma de escuchar la clase	-.353**	.001	.374	.001

Nota.

p<0.05

\*P<0.05

\*\*P<0.01

En la tabla 11, se observa que existe relación entre la dimensión Autorregulación académica y Forma de escuchar la clase ( $p=001$ ), teniendo un tamaño de efecto bajo ( $\rho = -.353$ ). Y existe relación entre la dimensión Postergación de actividades y Forma de escuchar la clase ( $p=001$ ), teniendo un tamaño de efecto bajo ( $\rho = .374$ ).

**Tabla 12**

*Análisis correlacional entre las dimensiones de procrastinación académica y Acompañamiento al estudio*

	<b><i>Autorregulación académica</i></b>	<b><i>p</i></b>	<b><i>Postergación de actividades</i></b>	<b><i>p</i></b>
H5: Acompañamiento al estudio	-.135	.061	.078	.284

Nota.

p<0.05

\*P<0.05

\*\*P<0.01

En la tabla 12, se observa que no existe relación entre la dimensión Autorregulación académica y Acompañamiento al estudio ( $p=.061$ ), teniendo un tamaño de efecto bajo ( $\rho = -.135$ ). Y no existe relación entre la dimensión Postergación de actividades y Acompañamiento al estudio ( $p=.284$ ), teniendo un tamaño de efecto muy bajo ( $\rho = .078$ ).

## CAPITULO IV

### ANÁLISIS DE RESULTADOS

En el proceso de adaptación al contexto universitario, el ingresar y poder cumplir con los objetivos propuestos de cada curso para lograr avances académicos no resulta del todo sencillo, en cada vivencia y experiencia los jóvenes universitarios tratan de construir un ritmo de estudio, pudiendo poner en práctica algunas estrategias de estudio pero, a su vez podrían incurrir en comportamientos procrastinadores derivados de una baja frecuencia del mal uso de las mismas estrategias, lo cual no construiría hábitos entre los estudiantes, aumentando a su vez la procrastinación esporádica por la forma de organizar el tiempo. Por ello, es importante aprender a organizar el tiempo en base a las actividades a priorizar, de tal modo que ayuda a reducir la ansiedad y el estudiante se establece sus propias normas o reglas al momento de estudiar, conllevando a una constancia y dedicación en el tiempo para el establecimiento de hábitos en el ámbito educativo. Luego de todo el análisis estadístico procedemos a interpretar de manera cualitativa los resultados que son los siguientes:

En la hipótesis general, se acepta que, existe relación entre la procrastinación académica y hábitos de estudio ( $p < 0.05$ ) en estudiantes de psicología del primer al cuarto ciclo de una universidad particular de Piura. Observándose que los estudiantes de psicología cuanto menos hábito de estudio reflejan en su ámbito académico, mayor presencia de procrastinación tendrán, siendo esto evidenciado a nivel descriptivo con un nivel en general negativo (53.4%) en sus hábitos de estudio y un nivel medio (50.8%) en procrastinación académica. Los estudiantes en su actividad diaria en la universidad tratan de adaptarse a los diversos cambios que conlleva la vida universitaria, pero en el transcurso van dejando para después ciertas lecturas, trabajos u otras actividades que les hará invertir mucho tiempo innecesariamente. De la misma forma, según Alarcón y Córdova (2019), realizaron un estudio en donde encuentran bajos niveles de hábitos de estudio y un nivel medio de procrastinación, infiriendo que el estudio frecuente se va adquiriendo con la práctica inconscientemente conforme va

avanzando la etapa educativa y su desarrollo, convirtiéndose en un hábito que llevará consigo.

Según Díaz (2019) la procrastinación crea dificultades para el desarrollo de las labores universitarias con un plazo de tiempo establecido, para que se preparen para algún examen; teniendo como consecuencia que los estudiantes posterguen o reemplacen la prioridad de esas actividades por otras de tipo sociales o que les genere satisfacción inmediata. Asimismo, Según Najarro (2020) menciona que la persona es quien se hace responsable de sus actividades académicas, lo que se debe tomar en cuenta la organización de su tiempo y formas de estudiar. Por lo tanto, los estudiantes en vista que carecen o tienen hábitos de estudio inadecuados, les dificultará el poder asimilar los temas de clase impartidos, porque pueden estar distraídos durante las clases, conversando con sus demás compañeros, llega con sueño a la clase, siente que se cansa rápidamente y prefiere hacer otras cosas, en caso de tareas preferiría resolver los trabajos de clase estando en casa o pide ayuda a algún compañero que ya tenga resuelto el trabajo, entre otros. Dicho resultado se pudo observar en Silva (2020) en Piura, concluyendo que si influye la presencia de la procrastinación por sobre los hábitos para estudiar

En la primera hipótesis específica, se acepta que, existe relación entre las dimensiones de procrastinación académica: Autorregulación académica (AA) ( $Rho = .164$ ) y Postergación de actividades (PA) ( $Rho = -.167$ ) y la dimensión Formas de estudio de la variable hábitos de estudio en estudiantes de psicología del primer al cuarto ciclo de una universidad particular de Piura. Observándose que, por la forma en cómo estudian, su desempeño académico se verá afectado negativamente; y con ello, optarán por postergar sus actividades. A nivel descriptivo la mayoría obtuvo un puntaje negativo (52.3%) en formas de estudio y un nivel medio en AA (48.2%) y PA (49.7%). Denotando que entre los estudiantes más que aprender los temas, tienen el mal hábito de intentar memorizar todos los contenidos. Resultado similar se obtuvo en Córdova en 2019, quien mencionaba que los estudiantes no se hacen preguntas a sí mismos para retroalimentar sus lecturas, optando por repetir las veces necesarias hasta lograr decir las palabras exactas de memoria, al momento de realizar lectura, intentan captar

las ideas principales subrayando en general, pero no rescatarían las palabras o términos que desconocen, varios de ellos se conforman con haber leído una sola vez y no repasan la información brindada. Dicho resultado se observó también en Zárate, et al (2018), concluyendo que los estudiantes no tienen formas adecuadas de estudiar académicamente.

Asimismo, Sulio en 2018 refiere que los estudiantes eligen el tiempo de estudio en función de la motivación que les generan ciertos cursos o materias.

Sin embargo, se señala que muchos de ellos no se dedican a repasar los temas vistos en clase ni realizan resúmenes. Tampoco invierten el tiempo necesario en lecturas o mapas resumen para asimilar los contenidos. Se destaca la importancia de la regulación académica, que implica dirigir las acciones y el pensamiento para lograr las metas. Por otro lado, se menciona la tendencia a postergar actividades debido a un mal manejo del tiempo y a la preferencia por acciones más placenteras o fáciles de realizar. La mayoría de los estudiantes se conforman y solo hacen una lectura general de los temas a estudiar, tratando de relacionarlos con otros ya vistos. Esto puede generar tensiones musculares y temor durante las clases, así como una pérdida de confianza en sus habilidades.

En la segunda hipótesis específica, se acepta que, existe relación entre las dimensiones de procrastinación académica: Autorregulación académica (AA) ( $Rho = -.223$ ) y Postergación de actividades (PA) ( $Rho = .205$ ) y la dimensión Resolución de tareas de la variable hábitos de estudio en estudiantes de psicología del primer al cuarto ciclo de una universidad particular de Piura. Observándose que, por la forma en cómo resuelven sus tareas, podrían satisfacer su área académica; pero, optarán por postergar sus actividades. A nivel descriptivo la mayoría obtuvo un puntaje negativo (60.6%) en resolución de tareas y un nivel medio en AA (48.2%) y PA (49.7%). Denotando que en los estudiantes intentan desarrollar sus trabajos, pero no frecuentan visitar la biblioteca especializada de la universidad, realizando búsquedas fallidas principalmente en internet. Esto coincide con Alarcón y Córdova en 2019 quienes observaron que en los estudiantes no optan por comprender el tema, en otro momento refieren faltarles el tiempo para terminar sus tareas, siendo completadas en el salón de clase preguntando a sus compañeros. En otras ocasiones los estudiantes intentan

resolver una tarea, tratando de mantenerse motivados, pero, al transcurrir unos minutos se sienten agotados y prefieren pasar a otras actividades. Esto se vio reflejado en estudiantes limeños que no lograban cubrir las necesidades académicas de sus trabajos de la universidad (Alarcón y Córdoba, 2019).

Por otro lado, según Natividad (2014), pueden aparecer sentimientos de culpa e insatisfacción al obtener resultados negativos frecuentemente en sus actividades o llamadas de atención que les puede generar un estado mental negativo; ocasionando un bajo rendimiento académico al no presentar las tareas en el plazo de tiempo exigido o al no estudiar suficiente para los exámenes.

En la tercera hipótesis específica, se acepta que, existe relación entre las dimensiones de procrastinación académica: Autorregulación académica (AA) ( $Rho = -.362$ ) y Postergación de actividades (PA) ( $Rho = .233$ ) y la dimensión Preparación de exámenes de la variable hábitos de estudio en estudiantes de psicología del primer al cuarto ciclo de una universidad particular de Piura. Observándose que, por la forma en cómo se preparan para los exámenes, pueden rendir académicamente de forma regular; pero, pueden optar por dejarlo para después o último momento. A nivel descriptivo la mayoría obtuvo un puntaje negativo (54.9%) en preparación de exámenes y un nivel medio en AA (48.2%) y PA (49.7%). Denotando que en los estudiantes la mayoría no se dedica por lo menos a estudiar dos horas todos los días. Además, la regulación en los estudiantes varía según sus comportamientos y madurez cognitiva para lograr el objetivo en mente, controlando sus necesidades para encontrarse en actividad, enfocando sus metas en su crecimiento personal (Atalaya et al., 2019). Cuando los estudiantes postergan tienen como consecuencia que se frustran o se desmotiven al no lograr la talla necesaria de las exigencias del curso impartido.

Según Chalá y Sangoquiza (2021), refieren que cuando no se tiene buenos hábitos de estudios el estudiante empieza a sentirse mal a nivel de su bienestar personal, afectando también otros ámbitos de su vida, dado que necesita de la presencia de un docente para implementar su proceso educativo. Por lo tanto, para los exámenes suma tiempo para planificar y rendir los exámenes, ayudando al estudiante a estar enfocado y tranquilo (Alarcón y Córdoba, 2019). Por el contrario, los estudiantes

empiezan a estudiar lo más difícil primero, perdiendo tiempo limitado al no concluir con estudiar el tema pendiente, y se confunden en los temas para los exámenes. Dicho resultado se observó en estudiantes quienes procrastinaban por la ansiedad frente a la evaluación al no gestionar sus tiempos (Estremadoiro & Schulmeyer, 2020).

En la cuarta hipótesis específica, se acepta que, existe relación entre las dimensiones de procrastinación académica: Autorregulación académica (AA) ( $Rho = -.353$ ) y Postergación de actividades (PA) ( $Rho = .374$ ) y la dimensión Formas de escuchar la clase de la variable hábitos de estudio en estudiantes de psicología del primer al cuarto ciclo de una universidad particular de Piura. Observándose que, por la forma en cómo escuchan la clase, su desempeño académico se ve afectado; y con ello, aumentaría el seguir postergando sus actividades. A nivel descriptivo la mayoría obtuvo un puntaje negativo (59.6%) en formas de escuchar la clase y un nivel medio en AA (48.2%) y PA (49.7%). Denotando que, en los estudiantes en sus clases diarias, tratan de tomar apunte de todo lo que dice el profesor, tomando nota de las cosas más importantes que considere cada uno.

Entre las conductas que pueden optar los estudiantes son que, al momento de iniciar las clases no todos podrían tener un cuaderno, muchos de ellos optan solo escuchar, mientras que otros solo recuerdan la clase al platicar con el docente; por lo tanto, es importante aprender a organizar porque facilita el aprendizaje al gestionar adecuadamente el tiempo y esto se puede ir perfeccionando a diario, eliminando los distractores del medio (Chalá y Sangoquiza, 2021). Al momento de escuchar la clase se vincula con el registro de la información que el docente brinda al momento de dar su clase al estudiante, tomándose en cuenta el orden, las preguntas de clase, evitando las distracciones del alumno en todo momento (Alarcón y Córdova, 2019). Dicho resultado se observó en Chanamé (2020) en Chiclayo, concluyendo que la misma procrastinación genera comportamientos inadecuados a la hora de clases en jóvenes universitarios.

En la quinta hipótesis específica, no se acepta que exista relación entre las dimensiones de procrastinación académica: Autorregulación académica (AA) ( $Rho = -.135$ ) y Postergación de actividades (PA) ( $Rho = .078$ ) y la dimensión Que acompaña en sus momentos de estudio de la variable hábitos de estudio en estudiantes de psicología del primer al cuarto ciclo de una universidad particular de Piura. Observándose que su desempeño académico se verá afectado; y por otro lado, los

estudiantes realizarían conductas de postergación en sus actividades. A nivel descriptivo la mayoría obtuvo un puntaje negativo (63.2%) en acompañamiento al estudio y un nivel medio en AA (48.2%) y PA (49.7%). Denotando que entre los estudiantes parte de los elementos que suelen utilizar para su estudio o como parte de sus hábitos personales es el uso infaltable del celular.

## **CAPITULO V**

### **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

#### **CONCLUSIONES**

1. Se determinó que existe relación ( $p=.026$ ;  $Rho=-.160$ ) entre la procrastinación académica y hábitos de estudio en estudiantes de psicología.
2. Se obtuvo un nivel medio de procrastinación académica (50.8%).
3. Se obtuvo un nivel en general negativo (53.4%) de hábitos de estudio.
4. Existe relación ( $p<0.05$ ) entre las dimensiones de procrastinación académica y la dimensión Formas de estudio.
5. Existe relación ( $p<0.05$ ) entre las dimensiones de procrastinación académica y la dimensión Resolución de tareas.
6. Existe relación ( $p<0.05$ ) entre las dimensiones de procrastinación académica y la dimensión Preparación de exámenes.
7. Existe relación ( $p<0.05$ ) entre las dimensiones de procrastinación académica y la dimensión Formas de escuchar la clase.
8. No hubo relación ( $p>0.05$ ) entre las dimensiones de procrastinación académica y la dimensión Que acompaña en sus momentos de estudio

## RECOMENDACIONES

1. Se sugiere realizar talleres psicoeducativos para abordar cada una de las variables debido a los efectos que tiene en el entorno académico, en sus comportamientos y emociones, de tal forma que se puedan promover mejores hábitos de estudio.
2. Promover talleres con los estudiantes desde la teoría del procesamiento de la información para fomentar los hábitos de estudios consistentes, dado que esta explica cómo funcionan los procesos intelectuales y la manera en que el individuo determina su comportamiento, dirigida a la forma de asimilar la información, de esa manera será más fácil moldear la conducta.
3. A partir de dichos resultados, se sugiere desarrollar talleres vivenciales con el objetivo de prevenir y Psicoeducar sobre la procrastinación en universitarios.
4. Brindar capacitación a los docentes para inculcar hábitos de estudio al nivel universitario, de tal forma que se creen estrategias en aula y para su estudio diario.
5. Esta investigación se puede tomar en cuenta como antecedente para futuras investigaciones con poblaciones mucho más amplias, contribuyendo a la línea de la psicología educativa

## CAPITULO VI

### REFERENCIAS Y ANEXOS

#### 6.1. Referencias

Alarcón, A. y Córdova, P. (2019). *Hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes de educación en Lima Norte*. [Tesis de pregrado]. Archivo digital. <http://repositorio.ucss.edu.pe/handle/UCSS/637>

Alvarado, A. (2023). *Funcionamiento familiar, afectividad y motivación académica en estudiantes universitarios*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Autónoma de México]. Repositorio institucional. <https://ru.dgb.unam.mx/bitstream/20.500.14330/TES01000836490/3/0836490.pdf>

Atalaya, C. y García, L. (2019). Procrastinación: Revisión Teórica. *Revista de Investigación en Psicología*, 22 (2), 363-378. <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/17435/14661>

Auqui, T. y Guamán, D. (2020). Inteligencia emocional y hábitos de estudio en estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Hispanoamérica de la ciudad de Riobamba, periodo 2019 – 2020 [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de Chimborazo]. Repositorio de la universidad: <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/7252/1/UNACH-ECFCEHT-TG-P.EDUC-2021-000002.pd>

- Burgos, K. y Salas-Blas E. (2020). Procrastinación y autoeficacia académica en estudiantes universitarios limeños. *Propósitos y Representaciones*, 8(3).  
[http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2307-79992020000400044&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2307-79992020000400044&script=sci_arttext)
- Cárdenas, P., Hernández, G. y Cajigal, E. (2020). Procrastinación académica en estudiantes universitarios de una Institución Pública. *Revista RedCa*, 3(9), 18-40. <https://revistaredca.uaemex.mx/article/view/15806>
- Cardich, R. (2019). Hábitos de estudio y nivel de autoeficacia en el rendimiento escolar en estudiantes del nivel secundaria pertenecientes al Programa de Bachillerato Internacional [Tesis de Doctorado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. [https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/10474/Cardich\\_sr.pdf?sequence=2&isAllowed=y](https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/10474/Cardich_sr.pdf?sequence=2&isAllowed=y)
- Chalá, J. y Sangoquiza, R. (2021). *Desarrollo de los hábitos de estudio de acuerdo a la teoría del aprendizaje significativo de David Ausubel y Joseph Novak*. [Tesis de pregrado]. Archivo digital. <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/22790/1/T-UCE-0010-FIL-1089.pdf>
- Chanamé Moreno, A. (2020). *Procrastinación académica y hábitos de estudio en los alumnos de una Universidad Privada de la ciudad de Chiclayo, 2019*. [Tesis de pregrado, Universidad Señor de Sipán]. Archivo Digital. <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/7893/Chanam%c>

3%a9%20Moreno%2c%20Alexis%20Alejandro%20Sebastiany.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Contreras, K. (2022). *Evidencias psicométricas del cuestionario de procrastinación académica en adolescentes estudiantes de una Institución Educativa del distrito de la Esperanza, 2021*. [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo].

Repositorio institucional.

<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/84125>

Díaz, J. (2019). Procrastinación: Una revisión de su Medida y sus correlatos. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 51(2), 43-60.

<https://www.aidep.org/sites/default/files/2019-04/RIDEP51-Art4.pdf>

Domínguez, S. (2017). Prevalencia de procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana y su relación con variables demográficas.

*Revista de Psicología*, 7(1), 81-95.

<https://revistas.ucsp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/49>

Estremadoiro Parada, B. y Schulmeyer, M. (2020). Procrastinación Académica en estudiantes universitarios. *Aportes* N°30. 51-65.

[http://www.scielo.org.bo/pdf/racc/n30/n30\\_a04.pdf](http://www.scielo.org.bo/pdf/racc/n30/n30_a04.pdf)

Estuardo, G. (2012). *Estadística y probabilidades*. Santiago Chile

Figuroa-Quiñones, Joel, Pomahuacre Carhuayal, Juan Walter, Chávez, Yuri, Gómez, Heber, Portocarrero, Roxana, Gamero-Vega, Julianna, Calderón-Giraldo, Ada, López, Elizabeth, Castro, Martín, & Bazo-Alvarez, Juan Carlos. (2019). Propiedades psicométricas del Inventario de Hábitos de Estudio CASM-85: un

estudio multicéntrico con estudiantes de secundaria peruanos. *Liberabit*, 25(2), pp. 139-158. <https://dx.doi.org/10.24265/liberabit.2019.v25n2.02>

García Martínez, Verónica, & Silva Payró, Martha Patricia. (2019). Procrastinación académica entre estudiantes de cursos en línea. Validación de un cuestionario. *Apertura (Guadalajara, Jal.)*, 11(2), 122-137. <https://doi.org/10.32870/ap.v11n2.1673>

González, N., Abad, J. y Lévy, J.P. (2006). Normalidad y otros supuestos en análisis de covarianzas. En Lévy. J. y Varela, J. Modelización conestructuras de covarianzas en Ciencias Sociales 31-57. España: Gesbiblo, S.L. La Coruña

Gorgas, J., Cardiel, N. & Zamorano, J. (2011). Estadística básica para estudiantes de ciencia. Madrid, España.

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigacion*. Mc Granw Hill Education. <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>

Huacho, S. (2019). Hábitos de estudio y estilos de aprendizaje en escolares de 03 instituciones educativas estatales de Lima Cercado [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Recuperado de [http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/3435/UNFV\\_HUACHO\\_ARR\\_OYO\\_SUSAN\\_KATHERINE\\_TITULO%20PROFESIONAL\\_2019.pdf?sequence=1 &isAllowed=](http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/3435/UNFV_HUACHO_ARR_OYO_SUSAN_KATHERINE_TITULO%20PROFESIONAL_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=)

Kline, R. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling* (2nd ed.). Guilford Press

Matencio, G. (2019). *Hábitos de estudio y rendimiento académico en la asignatura de matemáticas de los estudiantes del primer semestre del SENATI*. [Tesis postgrado]. Archivo digital.  
[https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/7764/Habitos\\_MatencioGeronimo\\_Gary.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/7764/Habitos_MatencioGeronimo_Gary.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Mendas, M. y Pala, A. (2018). Type I Error Rate and Power of Three Normality Tests. *Pakistan Journal of Information and Technology*, 2 (2), 135-139

Mondragón C., Cardoso D. y Bobadilla S. (2017). Hábitos de estudio. Caso estudiantes de la licenciatura en Administración de la Unidad Académica profesional Tejupilco. *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*. 8(15). <https://www.redalyc.org/pdf/4981/498154006024.pdf>

Najarro, J. (2019). Hábitos de estudio y su relación con el rendimiento académico de los estudiantes del segundo año de la Escuela Profesional de Medicina de las Universidad Nacional de San Marcos. *Conrado*, 16(77), 354-363.  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1990-86442020000600354](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442020000600354)

Pickles, M. (2017, 14 enero). Procrastinación, el problema más grave en la educación. *BBC News*. <https://www.bbc.com/mundo/noticias-38597625>

Quant, M. & Sánchez, A. (2012). Procrastinación, procrastinación académica: concepto e implicaciones. *Revista Vanguardia Psicológica Clínica Teórica y*

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4815146>

Sánchez, H., Reyes, C. y Mejía, K. (2018). *Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística* (1° ed.). Universidad Ricardo Palma.

<https://www.urp.edu.pe/pdf/id/13350/n/libro-manual-de-terminos-en-investigacion.pdf>

Silva Castillo, A. (2020). *Procrastinación académica y hábitos de estudio en estudiantes de una Universidad de Piura, 2020*. [Tesis de postgrado].

Repositorio de la Universidad César Vallejo.

<https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/52033/>

Silva Sigchos, W. (2018). Los Hábitos de Estudio y el Rendimiento Académico en los estudiantes de quinto, sexto y séptimo de educación general básica en la

Unidad Educativa “Avelina Lasso de Plaza”, periodo 2016-2017. [Trabajo de investigación previo a la obtención del título de Licenciatura]. Recuperado de

[http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/14163/1/T-UCE-0010-](http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/14163/1/T-UCE-0010-PEO039-2018.pd_CAM%20-%20SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

[PEO039-2018.pd\\_CAM%20-%20SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/14163/1/T-UCE-0010-PEO039-2018.pd_CAM%20-%20SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Sulio, S. (2018). *Procrastinación académica y rendimiento académico en estudiantes universitarios de psicología del penúltimo año de una Universidad de Arequipa*.

[Tesis de pregrado]. Archivo digital.

<http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/7192>

- Torres, C., Padilla, M. y Valerio dos Santos, C. (2017). El estudio de la procrastinación humana como un estilo interactivo. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 35(1), 153-163. <http://dx.doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.4330>
- Vargas, L. (2016). Construcción de pruebas psicométricas: aplicaciones a las ciencias sociales y de la salud. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 10(2), 92-94. [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2223-25162016000200009](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2223-25162016000200009)
- Zárate-Depraect, N. E, Soto-Decuir, M. G., Martínez-Aguirre, E. G, Castro-Castro, M. L., García-Jau, R. A. y López-Leiva, N. M. (2018). Hábitos de estudio y estrés en estudiantes del área de la salud. *FEM*, 21 (3), pp. 153-157. <http://scielo.isciii.es/pdf/fem/v21n3/2014-9832-fem-21-3-153.pdf>

## Anexo 1. Formato de consentimiento informado

### FORMATO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Por medio del presente documento manifiesto que se me ha brindado información para la participación en la investigación científica que se aplicará a estudiantes universitarios de primeros ciclos de la carrera profesional de psicología.

Se me ha explicado que:

- El objetivo del estudio es determinar la relación entre Procrastinación académica y hábitos de estudio en estudiantes de psicología del primer al cuarto ciclo, de una Universidad Particular, Piura - 2022
- El procedimiento consiste en responder a dos cuestionarios denominados: Escala de Procrastinación Académica (EPA) e Inventario de Hábitos de Estudio (CASM-85)
- El tiempo de duración de la participación es de 20 minutos.
- Puedo recibir respuesta a cualquier pregunta o aclaración.
- Soy libre de rehusarme a participar en cualquier momento y dejar de participar en la investigación, sin que ello me perjudique
- No se identificará mi identidad y se reservará la información que yo proporcione. Sólo será revelada la información que proporcione cuando haya riesgo o peligro para mi persona o para los demás o en caso de mandato judicial.
- Mi participación se realizará a través de una plataforma virtual, es decir de manera no presencial.
- Puedo contactarme con la autora de la investigación Salazar Rosales, Paola Carolina mediante correo electrónico para presentar mis preguntas y recibir respuestas.

Finalmente, bajo estas condiciones ACEPTO ser participante de la investigación.

Piura ....., de ..... de 2022.

Anexo 2. Instrumento de recolección de datos

**ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA (EPA)**

Durante tu carrera debes cumplir diferentes actividades de aprendizaje, como leer textos, prepararse para rendir un examen, redactar y presentar trabajos, etc.; y las siguientes frases describen algunas cosas que te suceden cuando intentas realizarlas.

Indica con qué frecuencia esto te ocurre, empleando la siguiente escala de valoración:

<b>1=Nunca me ocurre</b>	<b>4 =Casi siempre me ocurre</b>
<b>2=Pocas Veces</b>	<b>5=Siempre me ocurre.</b>
<b>3=A veces me ocurre</b>	

<b>ENUNCIADOS</b>	<b>Nunca</b>	<b>Pocas Veces</b>	<b>A Veces</b>	<b>Casi Siempre</b>	<b>Siempre</b>
2. Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.					
5. Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.					
6. Asisto regularmente a clase.					

7. Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.					
10. Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.					
11. Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.					
12. Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.					
13. Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.					
14. Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.					
15. Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy.					

## INVENTARIO DE HÁBITOS DE ESTUDIO CAMS-85

**INSTRUCCIONES:** Este es el inventario de hábitos de estudio, que le permitirá conocer las formas dominantes de trabajo en su vida académica y de esa manera aislar aquellas conductas que pueden estar perjudicándole su mayor éxito en el estudio. Para ello solo tiene que poner una “X” en el cuadrado que mejor describa su caso particular: PROCURE CONTESTAR NO SEGÚN LO QUE DEBERIA HACER O HACEN SUS COMPAÑEROS SINO DE LA FORMA COMO USTED ESTUDIA AHORA.

### I. ¿CÓMO SE CONSIDERA USTED?

**SIEMPRE/ NUNCA/**

**PD**

7. Doy una leída parte por parte y repito varias veces hasta recitarlo de memoria			
10. Me limito a dar una leída general a todo lo que tengo que estudiar			

### I. ¿CÓMO HACE USTED SU TAREA?

**SIEMPRE NUNCA PD**

12. Estudio solo para los exámenes.			
13. Leo la pregunta, busco en el libro y escribo la respuesta casi como dice el libro.			
15. Las palabras que no entiendo, las escribo como están en el libro, sin averiguar su significado.			
16. Le doy más importancia al orden y presentación del trabajo que la comprensión del tema.			
17. En mi casa me falta tiempo para terminar con mis tareas, las completo en el colegio preguntando a mis amigos.			

<b>18.</b> Pido ayuda a mis padres u otras personas y dejo que me resuelvan todo o gran parte de la tarea.			
<b>19.</b> Dejo para el último momento de la ejecución de mis tareas por eso no las concluyo dentro del tiempo fijado.			
<b>20.</b> Empiezo a resolver una tarea, me canso y paso a otra.			
<b>21.</b> Cuando no puedo resolver una tarea me da rabia o mucha cólera y ya no lo hago.			
<b>22.</b> Cuando tengo varias tareas empiezo por las más difícil y luego voy pasando a las más fáciles.			

**II. ¿CÓMO HACE USTED SU TAREA? SIEMPRE NUNCA PD**

<b>26.</b> Me pongo a estudiar el mismo día del examen.			
<b>28.</b> Preparo un plagio por si acaso me olvido del tema.			
<b>29.</b> Confió en que mi compañero me “sople” alguna respuesta en el momento del examen.			
<b>30.</b> Confió en mi buena suerte por eso solo estudio aquellos temas que supongo que el profesor preguntara.			
<b>32.</b> Me presento a rendir mis exámenes sin haber concluido con el estudio de todo el tema.			
<b>33.</b> Durante el examen se me confunden los temas, se me olvida lo que he estudiado.			

**III. ¿CÓMO ESCUCHA USTED SU CLASE? SIEMPRE NUNCA PD**

39. Me canso rápidamente y me pongo a hacer otras cosas.			
40. Cuando me aburro me pongo a jugar o a conversar con mi amigo.			
41. Cuando no puedo tomar notas de lo que dice el profesor me aburro y lo dejo todo.			
42. Cuando no entiendo un tema mi mente se pone a pensar, soñando despierto.			
43. Mis imaginaciones o fantasías me distraen durante las clases.			
45. Durante las clases me gustaría dormir o irme de clase.			

**IV. ¿QUÉ ACOMPAÑA SUS MOMENTOS DE ESTUDIO? SIEMPRE NUNCA PD**

47. Requiero la compañía de la TV.			
48. Requiero de tranquilidad y de silencio.			
50. Requiero a mi familia: que hablen, ven TV o escuchan música.			
51. Interrupciones por parte de mis padres pidiéndome algún favor.			
52. Interrupciones de visitas, amigos que me quitan tiempo.			

**SUMATORIA TOTAL DE LOS PUNTAJES OBTENIDOS EN CADA AREA:**

### Anexo 3. R.D. que aprueba el proyecto de investigación



**UPAO** | Facultad de Medicina Humana  
DECANATO

Trujillo, 16 de mayo del 2023

#### RESOLUCIÓN N°1486-2023-FMEHU-UPAO

VISTOS, y;

#### CONSIDERANDO:

Que, por Resolución N° 0565-2022-FMEHU-UPAO se autorizó la inscripción del Proyecto de tesis intitulado **“PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PARTICULAR DE PIURA”**, presentado por los alumnos **RAMÍREZ GUERRA PÍA JIMENA y ROJAS VARGAS PAMELA MELINA**, registrándolo en el Registro de Proyectos con el número N°702 (SETECIENTOS DOS);

Que, mediante documento de fecha 16 de mayo del 2023, los referidos alumnos solicitaron la autorización para la modificación del título del mencionado proyecto de tesis, proponiendo el siguiente título **“PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DEL PRIMER AL CUARTO CICLO, DE UNA UNIVERSIDAD PARTICULAR, PIURA – 2022”**.

Estando a las consideraciones expuestas y en uso a las atribuciones conferidas a este Despacho;

#### SE RESUELVE:

Primero.- **DISPONER** la rectificación de la Resolución N° 0565-2022-FMEHU-UPAO en lo referente al título del Proyecto de Tesis, debiendo quedar como **“PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DEL PRIMER AL CUARTO CICLO, DE UNA UNIVERSIDAD PARTICULAR, PIURA – 2022”**, presentado por los alumnos **RAMÍREZ GUERRA PÍA JIMENA y ROJAS VARGAS PAMELA MELINA**, quedando subsistente todo lo demás.

Segundo.- **PONER** en conocimiento de las unidades comprometidas en el cumplimiento de la presente resolución.

REGÍSTRESE, COMUNÍQUESE Y ARCHÍVESE.

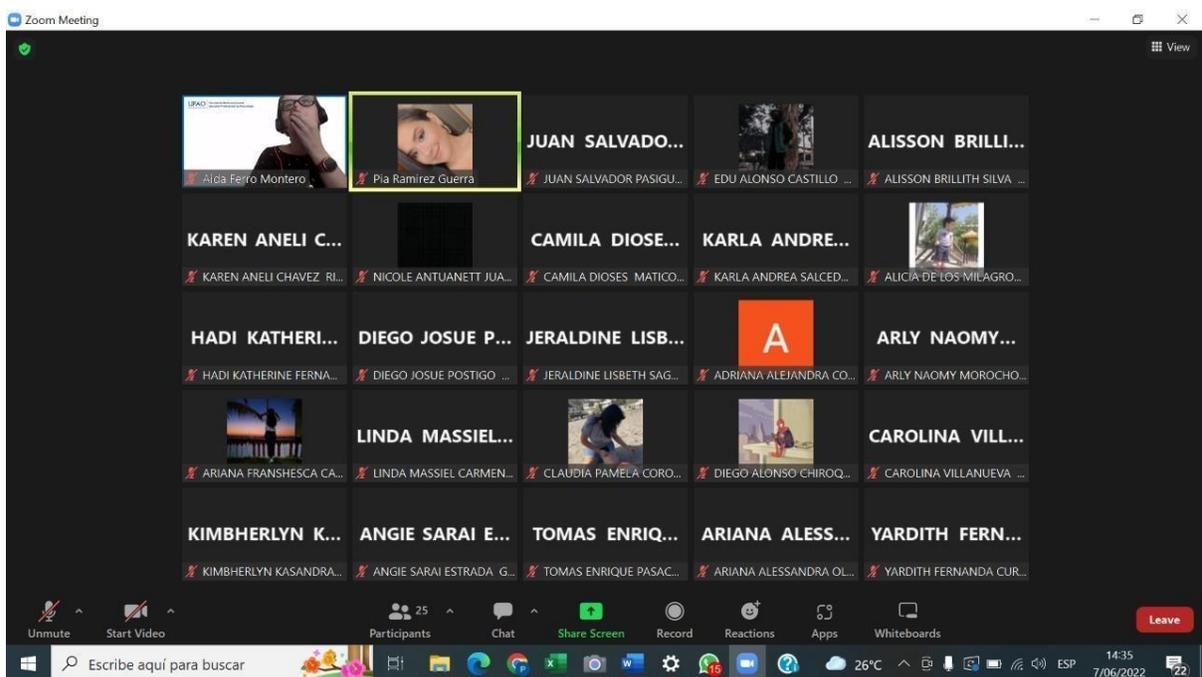
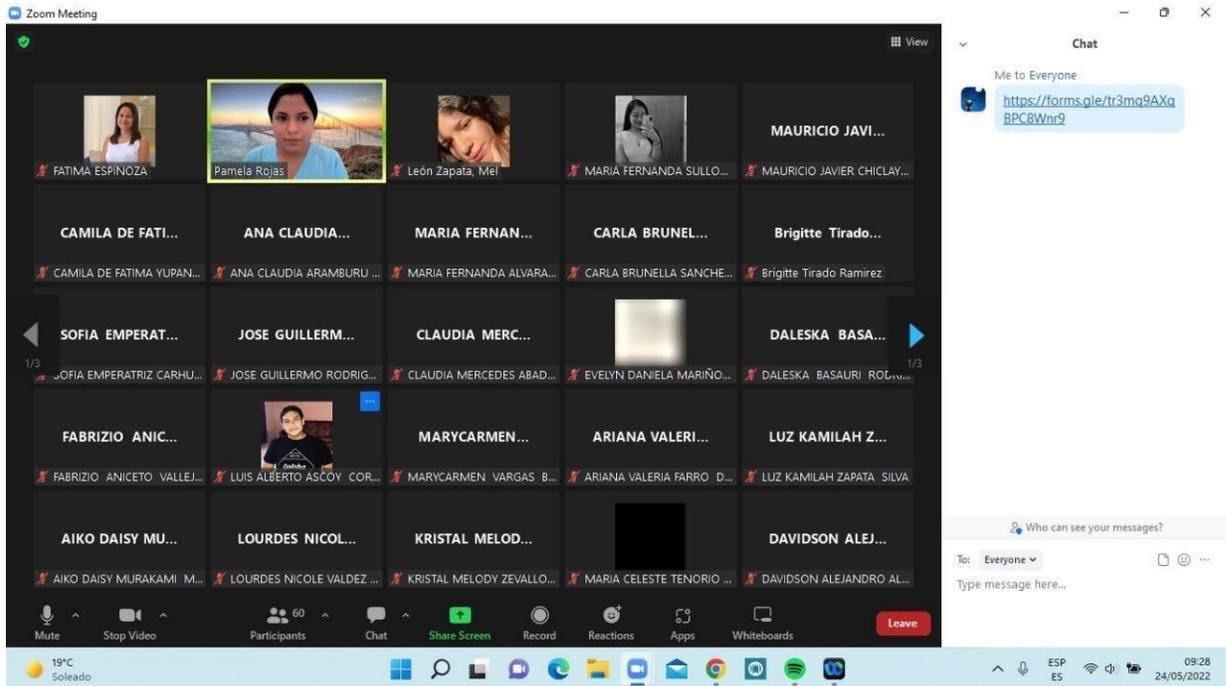


Dr. Juan Alberto Díaz Plasencia  
Decano



Dra. Elena Adela Cáceres Andonaire  
Secretaria Académica

## Anexo 4. Constancia de la institución y organización donde se ha desarrollado la propuesta de investigación



Zoom Meeting

Chat

Me to Everyone

<https://forms.gle/tr3mq9AXqBPC8Wnr9>

Who can see your messages?

To: Everyone

Type message here...

19°C Soleado

24/05/2022

Zoom Meeting

Participants (36)

Chat

Me to Everyone 03:23 PM

<https://forms.gle/fP9ByewzyAxUj117>

ALLISON JUNET... to Everyone 03:27 PM

si somos pocos

DAFNER YAKOR... to Everyone 03:28 PM

SOLO VEO UN LINK

SOLO ES UNO?

Me to Everyone 03:28 PM

<https://forms.gle/fP9ByewzyAxUj117>

DAFNER YAKOR... to Everyone 03:28 PM

OKA

Who can see your messages?

To: Everyone

Type message here...

24°C Soleado

24/05/2022

Anexo 5. Constancia del asesor(a)

## CONSTANCIA

Quien suscribe; **FATIMA ROSALIA ESPINOZA PORRAS** docente del programa de estudio de Psicología de la Facultad de Medicina de la Universidad Privada Antenor Orrego identificado con **ID 000194973** hace CONSTAR que la **Bach. PIA JIMENA RAMÍREZ GUERRA con ID 000185078**, y la **Bach. PAMELA MELINA ROJAS VARGAS con ID 73960028** ha desarrollado la tesis titulada “**Título de la Investigación**” y se encuentra **Apta** para sustentar.

Se expide el presente para los fines convenientes.

Atentamente,

Piura, 04 de Julio del 2023.



**Dra. Fatima Rosalia Espinoza Porras**

**C.Ps.P. 14102**

Anexo 6. Estudio piloto

**Tabla 13**

*Correlación ítem-test de procrastinación académica*

Ítem <sup>a</sup>	r <sub>itc</sub>	Ítem <sup>a</sup>	r <sub>itc</sub>
01	-0.14	09	0.05
02	0.27	10	0.33
03	0.14	11	0.23
04	-0.07	12	0.42
05	0.48	13	0.63
06	0.58	14	0.38
07	0.57	15	0.23
08	-0.16	16	0.00

Nota: r<sub>itc</sub>= Coeficiente de correlación ítem-test corregido; a= Ítem válido si r<sub>itc</sub> es significativo o  $\geq .20$

Mediante ítem-test corregido, se obtuvieron valores entre .23 y .63. Los ítems que no cumplieron con la condición y se retiraron, son los reactivos 1, 3, 4, 8, 9, 16.

**Tabla 14***Confiabilidad de los ítems de procrastinación académica*

<b>Procrastinación académica</b>			<b><math>\alpha</math></b>	<b><math>\omega</math></b>	<b>N° Ítems</b>
			0.611	0.703	16

Ítems	$\alpha$	$\omega$	Ítems	$\alpha$	$\omega$
<b>01</b>	0.647	0.727	<b>09</b>	0.622	0.713
<b>02</b>	0.591	0.690	<b>10</b>	0.582	0.674
<b>03</b>	0.610	0.710	<b>11</b>	0.597	0.692
<b>04</b>	0.643	0.726	<b>12</b>	0.565	0.665
<b>05</b>	0.551	0.662	<b>13</b>	0.526	0.646
<b>06</b>	0.552	0.661	<b>14</b>	0.570	0.667
<b>07</b>	0.537	0.648	<b>15</b>	0.596	0.701
<b>08</b>	0.651	0.727	<b>16</b>	0.641	0.721

Nota:  $\alpha$  = Coeficiente de confiabilidad alfa de Cronbach;  $\omega$  = Coeficiente de confiabilidad omega de McDonald

Se obtuvieron valores alfa de .611 un omega de .703 para el test, siendo una confiabilidad alta.

**Tabla 15***Correlación item-test de hábitos de estudio*

Ítem <sup>a</sup>	$r_{itc}$	Ítem <sup>a</sup>	$r_{itc}$	Ítem <sup>a</sup>	$r_{itc}$
01	-0.17	18	0.37	35	0.18
02	0.03	19	0.50	36	0.06
03	-0.03	20	0.39	37	0.19
04	0.09	21	0.62	38	0.13
05	0.12	22	0.23	39	0.41
06	0.03	23	-0.02	40	0.35
07	0.29	24	0.20	41	0.43
08	0.12	25	0.13	42	0.41
09	0.05	26	0.35	43	0.39
10	0.31	27	-0.05	44	0.11
11	-0.12	28	0.37	45	0.43
12	0.23	29	0.39	46	0.04
13	0.44	30	0.48	47	0.39
14	-0.03	31	-0.20	48	0.22
15	0.43	32	0.43	49	0.20
16	0.35	33	0.44	50	0.54
17	0.40	34	-0.01	51	0.36
				52	0.39

Nota:  $r_{itc}$ = Coeficiente de correlación item-test corregido; a= Ítem válido si  $r_{itc}$  es significativo o  $\geq .20$

Mediante item-test corregido, se obtuvieron valores entre .22 y .62. Los ítems que no cumplieron con la condición y se retiraron, son los reactivos 1-6, 8, 9, 11, 14, 23-25, 27, 31, 34-38, 44, 46, 49.

**Tabla 16***Confiabilidad de los ítems de hábitos de estudio*

Hábitos de estudio	$\alpha$	$\omega$	N° Ítems
	0.803	0.812	52

Ítems	$\alpha$	$\omega$	Ítems	$\alpha$	$\omega$	Ítems	$\alpha$	$\omega$
<b>01</b>	0.807	0.818	19	0.792	0.802	36	0.805	0.813
<b>02</b>	0.805	0.814	20	0.795	0.805	37	0.801	0.810
<b>03</b>	0.806	0.815	21	0.789	0.798	38	0.803	0.812
<b>04</b>	0.803	0.812	22	0.800	0.809	39	0.794	0.804
<b>05</b>	0.802	0.812	23	0.808	0.816	40	0.796	0.807
<b>06</b>	0.805	0.814	24	0.801	0.810	41	0.794	0.804
<b>07</b>	0.798	0.808	25	0.803	0.812	42	0.794	0.804
<b>08</b>	0.803	0.812	26	0.796	0.806	43	0.795	0.805
<b>09</b>	0.805	0.814	27	0.807	0.816	44	0.804	0.813
<b>10</b>	0.797	0.808	28	0.796	0.805	45	0.794	0.803
<b>11</b>	0.808	0.818	29	0.796	0.805	46	0.806	0.814
<b>12</b>	0.800	0.810	30	0.793	0.802	47	0.797	0.804
<b>13</b>	0.793	0.804	31	0.812	0.820	48	0.800	0.81
<b>14</b>	0.806	0.815	32	0.794	0.804	49	0.801	0.811
<b>15</b>	0.794	0.804	33	0.793	0.803	50	0.793	0.800
<b>16</b>	0.796	0.806	34	0.806	0.815	51	0.796	0.805
<b>17</b>	0.795	0.805	35	0.801	0.811	52	0.796	0.805
<b>18</b>	0.796	0.805						

Nota:  $\alpha$  = Coeficiente de confiabilidad alfa de Cronbach;  $\omega$  = Coeficiente de confiabilidad omega de McDonald

Se obtuvieron un valor alfa de .803 un omega de .812 para el test, siendo una confiabilidad muy alta.

Anexo 7. Matriz de consistencia

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Ítems	Escala de medición
Procrastinación académica	Es un fenómeno común entre estudiantes universitarios, caracterizado por el retraso deliberado en la realización de tareas académicas, a menudo debido a la preferencia por actividades más gratificantes a corto plazo (Álvarez,20210)	Siendo evaluada mediante la escala de procrastinación académica (EPA) de Busko (1998), en Canadá, siendo adaptada por Álvarez en el 2010.	Autorregulación académica	2,5,6,7,10,11,12,13 y 14	Ordinal  1=Nunca me ocurre 2=Pocas Veces 3=A veces me ocurre 4 =Casi siempre me ocurre 5=Siempre me ocurre
			Postergación de actividades	1,8, 9, 15 y 16	
Hábitos de estudio	Son las prácticas y técnicas que los	Siendo evaluado mediante el	I. ¿Cómo estudia usted?	1 al 12	Ordinal

	estudiantes emplean para adquirir conocimientos y enfrentar sus tareas académicas de manera efectiva, lo que influye en su rendimiento académico y éxito educativo. (Vicuña, 2005)	inventario CASM-85, adaptado por Vicuña (2005), siendo creado en 1985, con una revisión de 1998, reimpresso en 2005 y 2014.	II. ¿Cómo hace sus tareas?	13 al 22	Nunca= 0 Siempre= 1
			III. ¿Cómo prepara sus exámenes?	23 al 33	
			IV. ¿Cómo escucha las clases?	34 al 45	
			V. ¿Qué acompaña sus momentos de estudio?	46 al 53	