

**UNIVERSIDAD NACIONAL
TORIBIO RODRÍGUEZ DE MENDOZA DE AMAZONAS**



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**TESIS PARA OBTENER
EL TÍTULO PROFESIONAL DE
PSICÓLOGA**

**RELACIÓN ENTRE ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y
PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES
DE PSICOLOGÍA, AMAZONAS-2024.**

Autora: Bach. Naysseth Yadhira Castro Caman

Asesores:

Mg. Wilfredo Amaro Cáceres

Lic. Ps. Cynthia Meryl Gil Cruz

Registro: (...)

CHACHAPOYAS - PERÚ

2024

AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN DE LA TESIS EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL DE LA UNTRM



UNTRM

REGLAMENTO GENERAL
PARA EL OTORGAMIENTO DEL GRADO ACADÉMICO DE BACHILLER, MAESTRO O DOCTOR Y DEL TÍTULO PROFESIONAL

ANEXO 3-H

AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN DE LA TESIS EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL DE LA UNTRM

1. Datos de autor 1

Apellidos y nombres (tener en cuenta las tildes): Castro Coman Naysseth yadhira
DNI N°: 71537121
Correo electrónico: 7153712161@untrm.edu.pe
Facultad: Ciencias de la Salud
Escuela Profesional: de Psicología

Datos de autor 2

Apellidos y nombres (tener en cuenta las tildes): _____
DNI N°: _____
Correo electrónico: _____
Facultad: _____
Escuela Profesional: _____

2. Título de la tesis para obtener el Título Profesional

Relación entre adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de psicología, Amazonas-2024

3. Datos de asesor 1

Apellidos y nombres: Amaro Cáceres Wilfredo
DNI, Pasaporte, C.E N°: 41983973
Open Research and Contributor-ORCID (<https://orcid.org/0000-0002-9670-0970>) 0000-0001-6601-1835



Datos de asesor 2

Apellidos y nombres: Gil Cruz Cynthia Meryl
DNI, Pasaporte, C.E N°: 42860194
Open Research and Contributor-ORCID (<https://orcid.org/0000-0002-9670-0970>) 0009-0000-8604-1046

4. Campo del conocimiento según la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos- OCDE (ejemplo: Ciencias médicas, Ciencias de la Salud-Medicina básica-Immunología)

https://catalogos.concytec.gob.pe/vocabulario/ocde_ford.html 5.01.00 - Psicología

5. Originalidad del Trabajo

Con la presentación de esta ficha, el(la) autor(a) o autores(as) señalan expresamente que la obra es original, ya que sus contenidos son producto de su directa contribución intelectual. Se reconoce también que todos los datos y las referencias a materiales ya publicados están debidamente identificados con su respectivo crédito e incluidos en las notas bibliográficas y en las citas que se destacan como tal.

6. Autorización de publicación

El(los) titular(es) de los derechos de autor otorga a la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas (UNTRM), la autorización para la publicación del documento indicado en el punto 2, bajo la *Licencia creative commons* de tipo BY-NC; Licencia que permite distribuir, remezclar, retocar, y crear a partir de su obra de forma no comercial por lo que la Universidad deberá publicar la obra poniéndola en acceso libre en el repositorio institucional de la UNTRM y a su vez en el Registro Nacional de Trabajos de Investigación -RENATI, dejando constancia que el archivo digital que se está entregando, contiene la versión final del documento sustentado y aprobado por el Jurado Evaluador.

Chachapoyas, 23 / febrero / 2024

[Firma]
Firma del autor 1

Firma del autor 2

[Firma]
Firma del Asesor 1

[Firma]
Firma del Asesor 2

DEDICATORIA

A mi abuelita Clementina Pereyra por ser el pilar fundamental de lo que soy, por sus consejos, valores y motivación para salir adelante.

A mis padres Erasmo Castro y Leysa Camán por acompañarme incondicionalmente en el transcurso de mi formación académica, por impulsarme a cumplir mis sueños, contribuyendo en todo momento en mi crecimiento personal.

A mi hermano Giancarlo Castro, por su confianza y apoyo constante.

A mi tío Jorge Mariñas, por su afecto, consideración, sus consejos y apoyo, que ha sido una motivación constante para cumplir con mis objetivos.

AGRADECIMIENTO

A los estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología, por su apoyo en la investigación.

Así mismo, a todos los profesionales que han sido parte fundamental de mi crecimiento profesional.

Al asesor, Mg. Wilfredo Amaro Cáceres, por la disposición para resolver las inquietudes, por el apoyo y la orientación académica en la realización de este trabajo de investigación.

A mi alma mater, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas por brindarme la oportunidad de una carrera profesional.

**AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL TORIBIO RODRÍGUEZ
DE MENDOZA DE AMAZONAS**

**Ph.D. JORGE LUIS MAICELO QUINTANA
RECTOR**

**Dr. OSCAR ANDRÉS GAMARRA TORRES
VICERRECTOR ACADÉMICO**

**Dra. MARÍA NELLY LUJÁN ESPINOZA
VICERRECTORA DE INVESTIGACIÓN**

**Dr. YSHONER ANTONIO SILVA DÍAZ
DECANO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

VISTO BUENO DEL ASESOR DE LA TESIS



ANEXO 3-L


VISTO BUENO DEL ASESOR DE TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL

El que suscribe el presente, docente de la UNTRM (x)/Profesional externo (), hace constar que ha asesorado la realización de la Tesis titulada RELACIÓN ENTRE ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA, AMAZONAS-2024; del egresado BACH. NAYSSETH YADHIRA CASTRO CAMAN de la Facultad de Ciencias de la Salud Escuela Profesional de PSICOLOGÍA de esta Casa Superior de Estudios.



El suscrito da el Visto Bueno a la Tesis mencionada, dándole pase para que sea sometida a la revisión por el Jurado Evaluador, comprometiéndose a supervisar el levantamiento de observaciones que formulen en Acta en conjunto, y estar presente en la sustentación.

Chachapoyas, 31 de ENERO de 2024


Firma y nombre completo del Asesor
Mg. WILFREDO AMADOR CÁCERES

VISTO BUENO DEL ASESOR DE LA TESIS



ANEXO 3-L

VISTO BUENO DEL ASESOR DE TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL

El que suscribe el presente, docente de la UNTRM ()/Profesional externo (X), hace constar que ha asesorado la realización de la Tesis titulada Relación entre adicción a Redes Sociales y Procrastinación Académica en Estudiantes de Psicología, Amazonas - 2024; del egresado Maysseth Yadhira Castro Caman de la Facultad de Ciencias de la Salud Escuela Profesional de Psicología de esta Casa Superior de Estudios.



El suscrito da el Visto Bueno a la Tesis mencionada, dándole pase para que sea sometida a la revisión por el Jurado Evaluador, comprometiéndose a supervisar el levantamiento de observaciones que formulen en Acta en conjunto, y estar presente en la sustentación.

Chachapoyas, 31 de enero de 2024

Firma y nombre completo del Asesor

Ps. Cynthia Meryl Gil Cruz.

JURADO EVALUADOR DE LA TESIS
(Resolución de Decanato N° 084-2024-UNTRM-VRAC/FACISA)



Dra. Lady Yanide Medina Oliva
Presidente



Mg. Litman Umpiri Loja
Secretario



Mg. Lesly Ruth Collantes Córdova
Vocal

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DE LA TESIS



ANEXO 3-Q

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DE LA TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL

Los suscritos, miembros del Jurado Evaluador de la Tesis titulada:

Relación entre adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de Psicología, Amazonas-2024
presentada por el estudiante ()/egresado (X) Bach. Naysseth Yadhira Castro Caran
de la Escuela Profesional de Psicología
con correo electrónico institucional 7153712161@untrm.edu.pe

después de revisar con el software Turnitin el contenido de la citada Tesis, acordamos:

- a) La citada Tesis tiene 17 % de similitud, según el reporte del software Turnitin que se adjunta a la presente, el que es menor (X) / igual () al 25% de similitud que es el máximo permitido en la UNTRM.
- b) La citada Tesis tiene _____ % de similitud, según el reporte del software Turnitin que se adjunta a la presente, el que es mayor al 25% de similitud que es el máximo permitido en la UNTRM, por lo que el aspirante debe revisar su Tesis para corregir la redacción de acuerdo al Informe Turnitin que se adjunta a la presente. Debe presentar al Presidente del Jurado Evaluador su Tesis corregida para nueva revisión con el software Turnitin.



Chachapoyas, 16 de Febrero del 2024


SECRETARIO


PRESIDENTE


VOCAL

OBSERVACIONES:

.....
.....

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE LA TESIS



UNTRM

REGLAMENTO GENERAL
PARA EL OTORGAMIENTO DEL GRADO ACADÉMICO DE
BACHILLER, MAESTRO O DOCTOR Y DEL TÍTULO PROFESIONAL

ANEXO 3-5

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL

En la ciudad de Chachapoyas, el día 27 de Febrero del año 2024 siendo las 12:00 horas, el aspirante: Castro Caman Naysseth Yadhira, asesorado por Mg. Wilfredo Amaro Cáceres defiende en sesión pública presencial () / a distancia () la Tesis titulada: Relación entre Adicción a redes sociales y Procrastinación académica en estudiantes de Psicología, Amazonas 2024. para obtener el Título Profesional de Psicóloga a ser otorgado por la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas; ante el Jurado Evaluador, constituido por:

Presidente: Dra. Lady Yanide Medina Oliva.

Secretario: Mg. Litman Umpli Loja

Vocal: Mg. Ledy Ruth Collantes Cordova



Procedió el aspirante a hacer la exposición de la Introducción, Material y métodos, Resultados, Discusión y Conclusiones, haciendo especial mención de sus aportaciones originales. Terminada la defensa de la Tesis presentada, los miembros del Jurado Evaluador pasaron a exponer su opinión sobre la misma, formulando cuantas cuestiones y objeciones consideraron oportunas, las cuales fueron contestadas por el aspirante.

Tras la intervención de los miembros del Jurado Evaluador y las oportunas respuestas del aspirante, el Presidente abre un turno de intervenciones para los presentes en el acto de sustentación, para que formulen las cuestiones u objeciones que consideren pertinentes.

Seguidamente, a puerta cerrada, el Jurado Evaluador determinó la calificación global concedida a la sustentación de la Tesis para obtener el Título Profesional, en términos de:

Aprobado () por Unanimidad () / Mayoría () Desaprobado ()

Otorgada la calificación, el Secretario del Jurado Evaluador lee la presente Acta en esta misma sesión pública. A continuación se levanta la sesión.

Siendo las 13:15 horas del mismo día y fecha, el Jurado Evaluador concluye el acto de sustentación de la Tesis para obtener el Título Profesional.

Litman
SECRETARIO

Ledy Ruth
VOCAL

Lady Yanide
PRESIDENTE

OBSERVACIONES:

ÍNDICE

AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN DE LA TESIS EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL DE LA UNTRM.....	ii
DEDICATORIA.....	iii
AGRADECIMIENTO	iv
AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL TORIBIO RODRÍGUEZ DE MENDOZA DE AMAZONAS	v
VISTO BUENO DEL ASESOR DE LA TESIS	vi
VISTO BUENO DEL ASESOR DE LA TESIS	vii
JURADO EVALUADOR DE LA TESIS.....	viii
CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DE LA TESIS.....	ix
ACTA DE SUSTENTACIÓN DE LA TESIS.....	x
ÍNDICE	xi
ÍNDICE DE TABLAS	xii
RESUMEN	xiii
ABSTRACT.....	xiv
I. INTRODUCCIÓN.....	15
II. MATERIAL Y MÉTODOS	19
III. RESULTADOS.....	24
IV. DISCUSIÓN	28
V. CONCLUSIONES.....	32
VI. RECOMENDACIONES	33
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	34
ANEXOS.....	39

ÍNDICE DE TABLAS

<i>Tabla 1. Relación de alumnos de la Escuela de Psicología de la UNTRM.....</i>	<i>20</i>
<i>Tabla 2. Correlación entre adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de psicología, Amazonas-2024.</i>	<i>24</i>
<i>Tabla 3. Nivel de adicción a redes sociales de los estudiantes de psicología, Amazonas- 2024.</i>	<i>25</i>
<i>Tabla 4. Nivel de procrastinación académica de los estudiantes de psicología, Amazonas-2024.</i>	<i>26</i>
<i>Tabla 5. Nivel de adicción a las redes sociales según el sexo de los alumnos de psicología, Amazonas-2024.....</i>	<i>27</i>

RESUMEN

El propósito principal de esta investigación fue determinar la correlación entre la adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de psicología, Amazonas-2024. Se adoptó un enfoque cuantitativo y se optó un diseño correlacional de corte transversal. La muestra incluyó a 290 estudiantes. Para analizar las variables, se manejó el cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS), que demostró una alta validez con un índice KMO de .95 y una confiabilidad consistente con coeficiente de alfade Cronbach de .88, y la Escala de Procrastinación Académica (EPA), que mostró una validez con índice de KMO .812 y un alfa de Cronbach de .816, que indica una confiabilidad consistente. Así mismo los hallazgos revelaron una correlación moderada entre ambas variables, demostrado por un coeficiente de correlación de Pearson de 0.331 y con significancia estadística ($p < 0.000$), esto sugiere que, al disminuir la adicción a redes sociales, también disminuye la propensión a procrastinar. Respecto con los resultados de la variable adicción a redes sociales, se obtuvo que del total de los evaluados el 55% se situaron en el nivel bajo, 43% en el nivel medio y alto solo en un 3%. En cuanto a la procrastinación académica, el 24,3% presenta un nivel bajo, en un nivel intermedio se ubicó el 70,3%, y únicamente el 5,4% en un alto nivel. Concluyendo la existencia de una relación relevante y positiva entre las variables adicción a redes sociales y procrastinación académica.

Palabras clave: *redes sociales, adicción, procrastinación.*

ABSTRACT

The main purpose of this research was to determine the correlation between the relationship of social media addiction and academic procrastination in psychology students, Amazonas-2024. A quantitative approach was adopted, using a cross-sectional correlational design. The sample included 290 students. To analyze the variables, the Social Media Addiction Questionnaire (ARS) was used, which demonstrated high validity with a KMO index of .95 and consistent reliability with a Cronbach's alpha coefficient of .88. Additionally, the Academic Procrastination Scale (EPA) showed validity with a KMO index of .812 and a Cronbach's alpha of .821, indicating consistent reliability. Furthermore, the findings revealed a statistically significant correlation between both variables, demonstrated by a Pearson correlation coefficient of 0.331 and statistical significance ($p < 0.000$). This suggests that as social media addiction decreases, so does the propensity to procrastinate.

Regarding the results of the social media addiction variable, it was found that 55% of the total evaluated students were classified as low, 43% as moderate, and only 3% as high. As for academic procrastination, 24.3% presented a low level, 70.3% an intermediate level, and only 5.4% a high level. In conclusion, there is a relevant and positive relationship between social media addiction and academic procrastination.

Keywords: social media, addiction, procrastination.

I. INTRODUCCIÓN

El internet ha transformado significativamente la vida de los jóvenes, ofreciéndoles ventajas numerosas; sin embargo, hay personas que desarrollan una dependencia excesiva, teniendo dificultades para regular su consumo, lo que puede comprometer sus responsabilidades académicas y sociales. Por otro lado, el postulado de Echeburúa y Requesens (2012), coinciden en definir una red social como una estructura compuesta por individuos que están conectados a través de internet, mediante diversos tipos de relaciones, como lazos afectivos, familiares, laborales, entre otros. Esta concepción se alinea con la idea de que la dependencia a las plataformas digitales implicaría una conducta repetitiva y compulsiva; llevando a las personas a estar constantemente atentas a lo que acontece en estos espacios y desarrollar un fuerte apego hacia los dispositivos electrónicos. (Escorra y Salas, 2014).

Este fenómeno se refleja en las estadísticas proporcionadas por la Unión Internacional de Telecomunicaciones (UIT, 2023). A nivel mundial, el 60% de la población, es decir, aproximadamente 5.400 millones de personas, utilizan internet. En regiones como Europa, la Comunidad de Estados Independientes y las Américas, alrededor del 90% de sus habitantes están conectados a la red. Por otro lado, los Estados Árabes y la zona de Asia-Pacífico, alrededor de dos tercios de la población accede a internet. Sin embargo, en África, solo el 37% de las personas tienen acceso a internet. En cuanto al género, el 70% de los hombres y el 65% de las mujeres utilizan internet, donde los adolescentes y jóvenes son los primeros involucrados. Estas cifras destacan una disparidad de género en el acceso a la tecnología, con una prevalencia mayor de varones en contraste con las féminas.

En el contexto específico de Perú, según las cifras proporcionadas por We Are & Meltwater (2023), de los 34.19 millones de habitantes a principios del 2023, el 73.3% de las personas estaban activamente involucrados en el uso de internet. Así mismo, el Instituto Nacional de Estadística Informática (INEI, 2023), menciona que, en el segundo trimestre del mismo año, la población peruana de 6 años en adelante utilizó internet, representando el 77.3%; a diferencia del 2022 que se reportó que el 73.5%, accedieron a plataformas de internet. Respecto a las áreas de residencia, en Lima Metropolitana la población alcanzó el 89.2% de conectividad, en el resto urbano 80%

y en zonas rurales el 51.2%. En términos de género, el 79.6% de hombres y el 75% de las mujeres, acceden a internet, revelando una brecha de género a favor de los hombres.

Si bien es cierto, las redes sociales son plataformas dinámicas que evolucionan para satisfacer las necesidades de sus usuarios; las cifras muestran el alcance generalizado del uso de internet y subrayan la relevancia de comprender y abordar la dependencia a las tecnologías digitales en diferentes contextos sociales y culturales. En este sentido, el uso descontrolado del internet conlleva tener una conducta adictiva, lo que se traduce en una dedicación desproporcionada, apartando a los jóvenes de sus responsabilidades académicas. Oliva et al., (como se citó en Duarez, 2020)

Escurra y Salas (2014) identificaron tres categorías de la adicción a redes sociales. En primer lugar, la obsesión por las plataformas virtuales, que afecta el estado mental al generar pensamientos constantes, generando preocupación y ansiedad en ausencia de acceso. En segundo lugar, la falta de control personal en el uso de internet, traducándose en una preocupación desmedida por la dificultad de gestionar adecuadamente estas plataformas. En tercer lugar, el uso excesivo que se caracteriza por la dificultad para limitar el tiempo dedicado a estas plataformas.

Por otro lado, en función a la procrastinación académica, es entendida, como aquella conducta que surge a partir de una inadecuada administración del tiempo, conllevando a las personas a postergar y dilatar intencionalmente la ejecución de tareas importantes, a pesar de ser conscientes de las repercusiones negativas que esto puede acarrear en su desempeño académico (Atalaya y García, 2019). Esta postura es respaldada Domínguez et al. (2014), quienes la caracterizan por la tendencia a posponer, evitar o eludir responsabilidades académicas, generando deterioro en el rendimiento del estudiante.

La procrastinación académica presenta dos dimensiones: postergación académica, que se relaciona con la tendencia de aplazar habitualmente las tareas académicas, reemplazándolas por otras actividades, como el uso de internet, videojuegos, entre otros, lo que implica evadir responsabilidades educativas debilitando el proceso académico. Por otra parte, la dimensión de autorregulación académica se refiere a las acciones por parte de los estudiantes, para alcanzar sus metas académicas, mediante estrategias como la organización del tiempo, uso de recursos y desarrollo de la autoeficacia. No obstante, si el estudiante carece de estrategias de aprendizaje, enfrentará desafíos para

autorregularse académicamente (Ayala et al., 2020).

La tendencia a postergar tareas es frecuente entre los universitarios, como lo evidencia, en su investigación, Condori (2020), donde encontró que el 33% de los estudiantes corresponde a niveles altos, el 42% a niveles medio y el 25% niveles bajo. Es así como García (2021), afirma que la procrastinación tiene repercusiones adversas, afectando el rendimiento académico de los universitarios, así como su bienestar general.

La relación entre las variables antes mencionadas ha sido examinada en varios estudios internacionales, como las realizadas por Aznar et al. (2020), llevada a cabo en México, donde como resultados lograron identificar una correlación positiva ($r = .545$) y estadísticamente significativa ($p < .001$) entre ambas variables. Este estudio sugiere que cuanto más se incrementa la dependencia a las redes, mayor será la inclinación para procrastinar.

De manera similar un estudio realizado en Argentina, Ferraro (2020), se propuso establecer la relación entre ambas variables, revelando la existencia de correlación positiva ($r = .476$; $p < 0.1$). Además, concluye, que las mujeres presentaron niveles más elevados de adicción a redes en contraste con los hombres.

En otro contexto, en España, Hidalgo (2022), investigó el consumo excesivo de internet y la procrastinación académica, identificando una correlación moderada en ambas variables ($r = .40$), por lo que, los resultados indicaron que a medida que el grado de empleo de internet aumenta, también crece la propensión a la procrastinación en los estudiantes.

De acuerdo con investigaciones nacionales, se ha estudiado la correlación entre las variables mencionadas, como lo demuestra el estudio de Pariansullca et al. (2022), donde encontró una relación estadísticamente significativa ($r = .0488$; $p < 0.025$), valores que manifiestan que, frente a un nivel bajo en adicción a plataformas digitales, presentan un grado mínimo de procrastinación. En función a los niveles de dependencia a redes, determinaron que se ubican en un nivel bajo el 59.2% y el 40.8% en el nivel medio, no encontraron porcentajes en el nivel alto. En función a la procrastinación académica encontraron que el 62.0% se ubicaron en un nivel muy bajo, en un nivel bajo el 25.4% y en un nivel promedio solo el 12.6%.

A nivel local, Asenjo (2022), en su estudio, encontró que el 82.03 % manifestaron una tendencia alta a procrastinar. Además, el 94.04 % evidenció en la autorregulación académica bajos niveles y en la postergación de actividades se mostró que el 71.08% presentó una incidencia alta. En síntesis, concluye que los alumnos de psicología evidenciaron un marcado patrón de procrastinación en sus estudios. Así mismo se encontró el estudio realizado por Portocarrero (2023), que usando la prueba de chi cuadrado demostró existencia de correlación estadísticamente significativa ($p=0.007<0.05$), lo que implica que cuando la dependencia a los medios sociales es mínima, la tendencia a postergar actividades académicas también disminuye; del mismo modo en la dependencia hacia las redes sociales, encontró índices bajos (62.9%), en un nivel medio (35.5%) y en un nivel elevado (1.4%), en función a la procrastinación académica observó que predominó un nivel intermedio con el 52.1%, y el 47.9% en un nivel bajo, no encontró porcentajes de niveles elevados.

Por lo tanto, frente a los hallazgos encontrados, es imperativo destacar la importancia del estudio denominado relación entre dependencia a redes y la tendencia a posponer actividades académicas, en este sentido, tomando en cuenta el panorama actual, se plantea la siguiente interrogante: ¿Existe relación entre adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de psicología, Amazonas-2024? Para lo cual se utilizó el coeficiente de correlación de Pearson, siendo ideal para estas variables, al presentar una distribución paramétrica.

Por consiguiente, este estudio adopta una orientación cuantitativa, de diseño no experimental, de nivel correlacional; el objetivo principal de esta investigación fue establecer la relación entre adicción a redes y procrastinación académica en estudiantes de psicología. La población estuvo conformada por 290 estudiantes. Se tuvo como objetivos específicos delimitar el nivel de adicción a redes, la evaluación del grado de procrastinación académica y determinar el grado de dependencia a plataformas digitales según el sexo de los alumnos.

En función a la justificación teórica científica de este estudio, radica en su contribución al avance del conocimiento, lo que servirá como antecedente para investigaciones futuras, con el objetivo de explorar su aplicación en diferentes ámbitos.

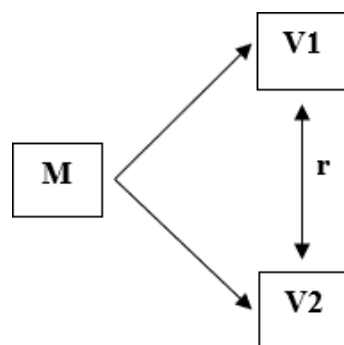
II. MATERIAL Y MÉTODOS

2.1. Tipo y diseño de investigación

Este estudio fue de tipo básico, es decir, se realiza con la intención de incrementar el conocimiento teórico, intentando profundizar la comprensión de una realidad en específica. (Gabriel, 2017).

La investigación fue de enfoque cuantitativo, debido a que se calificó los datos numéricos mediante el uso de la estadística. Así mismo es de diseño no experimental - transversal, porque se recolectó los datos en una sola ocasión y no se manipuló las variables. Se buscó determinar la asociación de las variables estudiadas, por lo que el nivel de la investigación fue correlacional. Hernández et. al (2014).

Esquema:



Nota: Elaboración propia

Donde:

M= Alumnos de Psicología

V1= Adicción a redes sociales

V2= Procrastinación académica

r = relación

2.2. Población, muestra y muestreo

2.2.1. Población muestral

Bernal (2010) afirma que la población comprende todos los elementos o individuos que comparten determinadas características, siendo objeto de inferencias en la investigación. En el caso del estudio, lo conformaron 290 universitarios de psicología, de la UNTRM.

Tabla 1.

Relación de alumnos de la Escuela de Psicología de la UNTRM.

Secciones	M	F	Total
II	11	29	41
IV	26	29	54
VI	10	18	28
VIII	18	60	78
X	9	24	33
XI	11	23	34
XII	4	18	22
Total	89	201	290

Nota: Dirección de admisión y registros académicos (2024)

Criterios de inclusión:

- Alumnos de la Escuela de Psicología.
- Alumnos que elijan formar parte del estudio de manera voluntaria.
- Alumnos que completen el formulario virtual.

Criterios de exclusión:

- Decidir no involucrarse en el estudio.
- No responder la encuesta en línea.

2.3. Variables de estudio

Variable 1: Adicción a redes sociales

Se describe como la conducta compulsiva de una persona al utilizar de manera excesiva y sobrepasar límites en el empleo de plataformas de redes sociales. (Escurra y Salas, 2014).

Variable 2: Procrastinación Académica

Definida como la postergación de las tareas académicas, ocasionando una notable reducción en el desempeño educativo (Busko, 1998).

2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

2.4.1. Técnica

Se empleó la encuesta, destinada a recopilar datos que implica plantear preguntas a un grupo determinado de individuos, con la finalidad de obtener información de un contenido en particular (Monje, 2011).

2.4.2. Instrumento

Cuestionario: Definida como un conjunto de preguntas diseñadas para evaluar variables específicas, así mismo es la herramienta más comúnmente empleada para recabar datos (Hernández et al., 2014).

Variable 1: Adicción a la red social. se utilizó el instrumento desarrollado por Miguel Escurra y Edwin Salas en el 2014, denominado ARS construido y validado en el Perú, para lo cual tomo en cuenta los indicadores del DSM-IV-TR, específicamente adicciones de sustancias. El cuestionario puede ser aplicado de manera individual y colectivo, está dirigida a personas mayores de 17 años, su aplicación varía entre 10 a 15 minutos. Del mismo modo el cuestionario tiene 24 preguntas, con una escala de Likert donde siempre (4), casi siempre (3), algunas veces (2), casi nunca (1) y nunca (0), del mismo modo, Se distribuye en tres niveles, cada uno con sus respectivas puntuaciones, donde el nivel bajo del (0 - 32), el nivel medio (33 – 64) y el nivel alto (65 -96). Así mismo evalúa tres dimensiones, la primera, obsesión representada en los ítems (2,3,5,6,7,13,15,19,22,23), falta de control de personal (4,11,12,14,20,24) y la dimensión uso excesivo de las redes

sociales (1,8,9,10,16,17,18,21).

Presenta una validez de KMO de .95, el cual puede ser considerado como muy alto, mientras que la confiabilidad para el factor 2 es 0.88 y 0.92 en el factor 3, según el coeficiente de alfa de Cronbach.

Escala: Herramienta psicométrica principalmente utilizada para evaluar actitudes, las cuales son medidas en una sola dimensión, que abarca del total acuerdo hasta el extremo de total desacuerdo, otorgándoles calificaciones concretas. (Cuya et al., 2022)

Variable 2: Procrastinación académica. Deborah Ann Busko en 1998, elaboró la Escala de Procrastinación Académica (EPA), así mismo en el Perú fue validado por Domínguez, et al (2014), versión utilizada en este estudio. Su aplicación es colectiva e individual, destinado a jóvenes y adultos, consta de 12 reactivos, presenta 5 tipos de respuesta tipo Likert, siempre (5), casi siempre (4) a veces (3), casi nunca (2) y nunca (1). Está distribuido en 3 niveles, cada uno con sus respectivas puntuaciones, nivel bajo (≤ 28), nivel medio (29 al 44) y el nivel alto (45 al 60), así mismo el instrumento se distribuye en dos dimensiones: postergación de Actividades (1,6,7) y autorregulación académica (2,3,4,5,8,9,10,11,12).

Presenta una validez de KMO .812 y la confiabilidad evaluada por alfa de Cronbach de 0.816, lo que significa que es altamente confiable y válido.

2.5. Métodos de estudio

Este estudio tuvo en cuenta el método deductivo, el cual parte de un conjunto de principios o supuestos generales para derivar predicciones específicas a través de los resultados (Hernández et al., 2014).

2.6. Procedimiento de recolección de datos

Se consideraron las siguientes etapas:

La confiabilidad de los instrumentos fue verificada, para garantizar la precisión en el contexto de la investigación.

Se gestionaron los procedimientos necesarios para la obtención de los permisos pertinentes de la decanatura de la facultad de Ciencias de la Salud con el fin de llevar a cabo el estudio.

Posteriormente, se creó un cuestionario de Google, con el propósito de recopilar información, el cual fue enviado a la dirección de correo oficial de cada estudiante de psicología.

Se utilizó el programa Excel para registrar las calificaciones correspondientes, para luego ser procesados en el software SPSS V27.

Finalmente, se realizó la tabulación de datos, donde se evidenció los hallazgos alcanzados en la investigación.

2.7. Análisis de datos

Los datos recolectados fueron analizados, en una tabla estadística en Microsoft Excel 2016 para la respectiva calificación de los instrumentos aplicados. Luego se llevó a cabo la creación de la base de datos para ser tabulados y analizados mediante el software estadístico SPSS v.27. Para determinar la relación entre las variables se utilizó la prueba de correlación de Pearson, debido a que las variables estudiadas presentan una distribución normal. Los resultados fueron presentados a través de tablas que muestran valores numéricos y porcentajes respectivos.

III. RESULTADOS

Tabla 2.

Correlación entre adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de psicología, Amazonas-2024.

	Adicción a redes sociales	Procrastinación académica
Adicción a redes sociales		
Correlación de Pearson	1	,331**
Sig. (bilateral)		,000
N	220	220
Procrastinación académica		
Correlación de Pearson	,331**	1
Sig. (bilateral)	,000	
N	220	220

Nota. Resultados del programa IBM

La tabla 2, presenta resultados que indican correlación significativa, con un nivel de 99% de confianza entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica, con un coeficiente de correlación moderada de 0,331 y con una significancia estadística ($p < 0,000$), que respalda la validez de esta relación. Esto implica que a medida que disminuye la dependencia a plataformas digitales, también disminuirá la tendencia a procrastinar.

Tabla 3.

Nivel de adicción a redes sociales de los estudiantes de psicología, Amazonas-2024.

Nivel	Obsesión por las Redes Sociales		Falta de control		Uso excesivo		ADICCIÓN A REDES SOCIALES	
	fi	hi%	fi	hi%	fi	hi%	fi	hi%
Bajo	164	74.5%	108	49%	94	43%	120	55%
Medio	55	25.0%	106	48%	114	52%	94	43%
Alto	1	0.5%	6	3%	12	5%	6	3%
Total	220	100%	220	100%	220	100%	220	100%

Nota: Base de datos de la Encuesta

En la tabla 3, se puede evidenciar, la distribución del grado de dependencia a redes de los evaluados, donde, el 55% presentó un puntaje bajo, el 43% un puntaje medio y solo el 3% un puntaje alto. Con respecto a las dimensiones, en la obsesión a redes sociales, el 74.5% tenía un puntaje bajo, un 25% un puntaje medio y solo el 0.5% presentó un puntaje alto. De manera similar, en relación con la falta de control, un 49% demostró un puntaje bajo, el 48% un puntaje medio y el 3% un puntaje alto. Respecto al uso excesivo, se registró un 52% en un puntaje medio, un 43% en un puntaje bajo y solo el 5% presentó un puntaje alto.

Tabla 4.

Nivel de procrastinación académica de los estudiantes de psicología, Amazonas-2024.

Nivel	Postergación de Actividades		Autorregulación Académico		PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA	
	fi	hi%	fi	hi%	Fi	hi%
Bajo	72	33%	128	58%	101	46%
Medio	116	53%	90	41%	116	53%
Alto	32	15%	2	1%	3	1%
Total	220	100%	220	100%	220	100%

Nota: Datos recopilados de la Encuesta

La tabla 4 presenta el grado procrastinación académica de los estudiantes. Se observa que el 46% se sitúa en un índice bajo, el 53% en un índice medio y solo el 1% en un índice alto. En cuanto a la dimensión postergación de actividades, el 33% muestra un índice bajo, el 53% un índice medio y el 15% un índice alto. Por último, en relación con la autorregulación académica, el 58% se encuentra en un índice bajo, el 41% en un índice medio y el 1% un índice alto.

Tabla 5.

Nivel de adicción a las redes sociales según el sexo de los alumnos de psicología, Amazonas-2024.

Nivel	ADICCIÓN A REDES SOCIALES				Total	
	F		M		fi	hi%
	Fi	hi%	Fi	hi%		
Bajo	94	42.7%	26	11.8%	120	54.5%
Medio	57	25.9%	37	16.8%	94	42.7%
Alto	1	0.5%	5	2.3%	6	2.7%
Total	152	69.1%	68	30.9%	220	100%

Nota: Datos recopilados de la Encuesta

En la tabla 5, se evidencia que los hombres presentaron un nivel más elevado en adicción a redes, alcanzando un 2,3%, en contraste con el 0.5% detectado en las mujeres.

IV. DISCUSIÓN

El desmedido uso de plataformas digitales y la procrastinación académica son fenómenos cada vez más comunes en la sociedad contemporánea, especialmente en los jóvenes. Estas dos conductas están estrechamente interrelacionadas, ya que estas plataformas ofrecen una amplia variedad de distracciones que desvían la atención de las responsabilidades académicas, por lo que afecta negativamente al rendimiento académico y el bienestar general de los estudiantes. Domínguez et al. (2014).

En función a la correlación de ambas variables, se encontró una relación positiva y estadísticamente relevante, indicada por un coeficiente de correlación de Pearson de $r = 0.331$ y siendo significativa con un $p < 0.000$, esto sugiere que cuando los estudiantes disminuyen su dependencia de las redes sociales, tienden a postergar menos sus responsabilidades académicas. Por tanto, frente a los hallazgos encontrados se descarta la hipótesis nula y se valida la hipótesis alterna.

Similares hallazgos se encontraron en estudios previos realizados por otros investigadores, tal es el caso de Pariansullca et al. (2022), que realizaron un estudio con la finalidad de establecer relación entre adicción a redes sociales y procrastinación académica, obteniendo una correlación estadísticamente significativa ($r = ,397$). Así mismo, los investigadores Bernuy y Carmen (2021), en sus resultados encontraron la existencia de una relación de Pearson positiva ($r = ,665$) y una significancia estadística de ($p < 0.5$); lo mismo sucede al comparar los resultados con el estudio desarrollado por Magallán y Rodas (2020), que obtuvieron como resultados una correlación significativa de ambas variables ($r = ,441$, $p = ,000$), refutando su hipótesis nula de ausencia de correlación.

En contraste, en el estudio realizado por Arteaga et al. (2022), a pesar de emplear los mismos instrumentos utilizados en este estudio, no encontraron significancia estadística entre las variables ($p > 0.05$). Sin embargo, destacan que si se estableció una relación entre la adicción a redes y las dimensiones de la procrastinación.

En relación con el segundo objetivo específico destinado a determinar el grado de

adicción a redes de los alumnos de psicología, se observó la siguiente distribución: el 55% presentó un grado bajo, el 43% un grado medio y solo el 3% un grado alto. Al analizar las dimensiones de la adicción, se pudo observar que el 74.5% de los participantes, se ubicaron en un nivel bajo en la categoría de obsesión por las redes. Respecto a la falta de control se destacó un predominio del nivel bajo con un 49%. Finalmente, en cuanto al uso excesivo de las redes, se registró una mayor prevalencia en el nivel medio, alcanzando un 52%. Es así como los resultados de este estudio sugieren que, si bien existen ciertos patrones de dependencia a las plataformas sociales entre los estudiantes de psicología, la prevalencia general de niveles de obsesión, falta de control y uso excesivo es relativamente baja. Esto podría indicar que esta población tiene un enfoque más equilibrado y consciente en el uso de los medios sociales, lo cual es esencial para su bienestar general. Escurra y Salas (2014).

De manera similar, en su investigación, Monier (2022), obtuvo resultados que concuerdan con los porcentajes obtenidos en el estudio. Observaron que el 63.3% de los estudiantes exhibe una clasificación de nivel bajo, mientras que el 35.4% se encuentra en un nivel intermedio y solo el 1.3% alcanza un nivel elevado. En cuanto a la dimensión obsesión, se encontró un predominio significativo en el nivel bajo, con un 77.2%. En lo que respecta al uso excesivo, el 53.2% muestra una mayor prevalencia en el nivel bajo. Por último, en la categoría falta de control, se destaca que el 53.2% presentan un grado bajo, lo que indica un predominio en este nivel. Estos resultados indican una coherencia entre los hallazgos previamente recopilados y las conclusiones obtenidas de la investigación.

Otro estudio realizado por Ardila et al. (2022), en Colombia, reveló que, en cuanto a la adicción a redes sociales, se observaron puntuaciones significativas, principalmente en los rangos moderado (52%) y leve (42%). Sin embargo, también se identificó un porcentaje mínimo que indica un rango severo, representando únicamente el 1% de la muestra seleccionada.

No obstante, el estudio dirigido por Ortega (2021), en una universidad privada del Perú, revela una distribución diferente de los niveles de dependencia. Según este estudio, el 51% de su muestra se encuentra en un índice intermedio, el 38% en un

índice elevado, y solo el 11% en el nivel bajo. Estos resultados contrastan notablemente con los alcanzados en esta investigación. Esto indica que la prevalencia de la dependencia a los medios sociales puede variar según significativamente según el contexto y la población estudiada. (Pinto, 2021).

Los resultados obtenidos en relación con el tercer objetivo, que se centra en evaluar el nivel de procrastinación académica entre los estudiantes de psicología, son reveladores. Se observa que una proporción considerable de estudiantes se sitúa en un nivel intermedio con el 53% y con el 46% en un nivel bajo. Solo un pequeño porcentaje, representando el 1%, se encuentra en un nivel elevado de procrastinación. Además, al analizar las dimensiones, en la postergación de actividades, se destaca que la mayoría de los alumnos se encuentran en un nivel intermedio con un 53%. Por otro lado, en cuanto a la autorregulación académica, la mayoría de la población muestra un nivel bajo, con un 58%. Estos resultados sugieren que la procrastinación académica es un fenómeno presente entre los estudiantes de psicología, aunque en su mayoría se encuentra en niveles moderados o bajos, esto es alentador, porque sugiere que la mayoría de ellos están gestionando eficazmente sus responsabilidades académicas.

Las conclusiones derivadas de este estudio coinciden con los descubrimientos previos de otras investigaciones. Tal es el caso de Cordova (2022), donde se evidencia que el 24.3% presenta un nivel bajo, el 70.3% en un nivel intermedio, y en un nivel alto el 5.4%. En cuanto a la dimensión de postergación académica, es prevalente el nivel medio con el 61.3%. En relación con la autorregulación académica, predomina el nivel bajo con un 45.9%.

Sin embargo, el estudio realizado por Asenjo (2022), desarrollado en Amazonas, con una muestra de 305 estudiantes, reveló resultados significativamente diferentes. Según este estudio, el 82.3% de los universitarios exhiben un alto nivel de procrastinación, en contraste con el 17.7% que muestra un nivel bajo. En cuanto a la dimensión de postergación de actividades prevalece un alto nivel con el 71.8%; mientras que en la autorregulación académica predominaron un nivel bajo con un 94.4%. Estos resultados demuestran que los alumnos que tienden a procrastinar suelen tener dificultades en la autorregulación y tienden a posponer tareas, debido a una inadecuada gestión del tiempo, lo que resulta en el descuido de sus labores,

necesarias para alcanzar sus metas. Además, Estremeidoro y Schulmeyer (2021), menciona que la procrastinación no solo implica posponer tareas, sino que también puede influir negativamente en múltiples facetas de la vida de los estudiantes como su bienestar emocional, conductual y cognitivo.

En función al cuarto objetivo, en lo que concierne a la adicción a las plataformas digitales según el sexo, se evidenció una disparidad notoria. Los datos revelaron que los hombres presentaron un nivel más elevado, alcanzando un 2.3%, en contraste con el 0.5% detectado en las mujeres. Este hallazgo sugiere que existe diferencia en los niveles de adicción entre los géneros, siendo los hombres quienes presentan una mayor inclinación hacia el desmesurado uso de estos medios sociales. Este resultado, es apoyado por el estudio dirigido por Albarrán (2020), donde menciona que el acceso desigual a la tecnología entre hombres y mujeres es especialmente evidente en los países menos desarrollados, representando un desafío estadístico. En comparación con los hombres, las mujeres tienen un 17% menos de probabilidades de usar internet y un 10% menos de oportunidades de poseer un teléfono móvil. Estas brechas son aún más pronunciadas en los países subdesarrollados.

Estos resultados concuerdan con el estudio realizado por Chávez y Espinoza (2021), denominada el uso de las redes sociales: una perspectiva de género, trabajaron con una muestra de 298 jóvenes y llegaron a la conclusión que el 72.8% de los hombres muestran mayor conectividad y dependencia a redes frente a los 66.7% de las mujeres.

Sin embargo, en su investigación Cisneros y Núñez (2019), observaron que el 4.49% de los varones y el 4.58% de las mujeres exhiben un grado de adicción grave. Estos autores concluyen que no existen diferencias significativas con respecto a la dependencia a internet. Por lo tanto, el grupo de mujeres como de varones presentaron puntuaciones semejantes.

V. CONCLUSIONES

- Se estableció una correlación significativa y positiva, entre las variables estudiadas, esa relación nos indica que a menor dependencia las plataformas digitales por parte de los estudiantes, menor será la propensión a procrastinar.
- Se determinó que la población analizada mostró una prevalencia de grado bajo en adicción a redes. Lo que implica que los estudiantes mantienen un uso equilibrado de las plataformas digitales.
- Se evaluó el nivel de procrastinación académica, donde la gran parte de los jóvenes muestran un nivel medio en procrastinación. Estos resultados nos indican que es necesario que los jóvenes puedan desarrollar habilidades de autorregulación y gestión del tiempo que les permitan alcanzar su máximo potencial académico y personal.
- Se determinó que el nivel de uso de plataformas digitales difiere según el sexo de los estudiantes, destacando que los hombres tienden a utilizarlas con mayor frecuencia en comparación con las mujeres. Es importante tener en cuenta que esta variación puede depender de factores como la ubicación y contexto específico.

VI. RECOMENDACIONES

- A la Universidad, que, a través del área de Bienestar Universitario, implemente programas preventivos de orientación psicológica, dirigida a los estudiantes. El objetivo sería concientizar a los mismos sobre la importancia de un uso adecuado de las plataformas digitales y una gestión efectiva del tiempo, con el fin de evitar posibles consecuencias negativas en su rendimiento académico.
- Se recomienda a los futuros investigadores expandirse a otras escuelas profesionales, dentro de la universidad para aumentar el campo de estudio sobre ambas variables e identificar posibles casos que necesiten de una intervención temprana.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Albarrán, C. (27 de agosto de 2020). Las mujeres tienen un 17% menos de probabilidades de usar Internet que los hombres. [Nota de prensa].
<https://www.redestelecom.es/comunicaciones/las-mujeres-tienen-un-17-menos-de-probabilidades-de-usar-internet-que-los-hombres/>
- Ardila, I., Orozco, P., & Potosí, B. (2022). Adicción a redes sociales en estudiantes de la Universidad Cooperativa de Colombia, sede Villavicencio. [Tesis de pregrado, Universidad Cooperativa de Colombia].
<https://repository.ucc.edu.co/handle/20.500.12494/44911>
- Arteaga, H., Quispe, N., Sánchez, K., Polin, J., Coronado, J., & Cjuno, J. (2022). Adicción a redes sociales y procrastinación académica en universitarios de la selva peruana. *Revista Eugenio Espejo*, 16(3), 4-14.
<https://doi.org/https://doi.org/https://doi.org/10.37135/ee.04.15.02>
- Asenjo, N. (2022). Procrastinación Académica en Estudiantes de Psicología, de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, 2022. [Tesis pregrado, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza].
<https://hdl.handle.net/20.500.14077/3054>
- Atalaya, C., & García, L. (2019). Procrastinación: Revisión Teórica. *Revista de Investigación en Psicología*, 22(2), 363-378.
<https://doi.org/https://doi.org/10.15381/rinvp.v22i2.17435>
- Ayala, R., Rodríguez, R., Villanueva, W., Hernández, G., & Campos, M. (2020). La procrastinación académica: teorías, elementos y modelos. *Revista Muro de la Investigación*, 5(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.17162/rmi.v5i2.1324>
- Aznar, I., Romero, J., García, A., & Ramírez, M. (2020). Adicción a internet y procrastinación académica de estudiantes universitarios mexicanos y españoles: correlación y factores potenciales. *PLOS ONE*, 15(5).
<https://doi.org/https://doi.org/10.1371/journal.pone.0233655>
- Bernal, C. (2010). *Metodología de la Investigación*. Pearson Educación.
<https://drive.google.com/file/d/13wqx7vGGCn6O4FxMPkzKw15E4tByYXX/view>

- Bernuy, Y. & Carmen, C. (2021). *Adicción a Redes Sociales y Procrastinación Académica en Universitarios de Lima Metropolitana, 2021*. [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo].
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/73120>
- Busko, A. (1998). Causas y consecuencias del perfeccionismo y la procrastinación: un modelo de ecuación estructural. [Tesis de pregrado, Universidad de Guelph].
<https://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.456.4450&rep=rep1&type=pdf>
- Chávez, M., & Espinoza, B. (2021). El uso de las redes sociales: Una perspectiva de género. *Revista Científica Multidisciplinar*, 12(2), 19-24.
<https://doi.org/https://doi.org/10.18537/mskn.12.02.03>
- Cisneros, B., & Nuñez, R. (2019). Adicción a Redes Sociales y Procrastinación Académica en Estudiantes Universitarios. *Nuevas Ideas En Informática Educativa*, 15, 114-120. <https://bit.ly/2XCVmMQ>
- Condori, C. (2020). *Inteligencia emocional y procrastinación académica en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana*. [Tesis de pregrado, Universidad Ricardo Palma].
<https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14138/3451/INTELIGENCIA%20EMOCIONAL%20Y%20PROCRASTINACION%20ACADEMICA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Cordova, S. (2022). *Adicción a las redes sociales en la procrastinación académica de discentes de séptimo ciclo en una institución pública, Lima - 2022*. [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo].
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/97372/estva_CSF-SD.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- Cuya, P., Estrada, E., Grajeda, A., & Pereyra, J. (2022). Glosario de Instrumentos psicológicos: definición de 14 instrumentos más utilizados en psicología. *PsiqueMag*, 11(1), 28-41. <http://revistas.ucv.edu.pe/index.php/psiquemag/>
- Domínguez, S., Villegas, G., & Centeno, S. (2014). Procrastinación académica: Validación de una escala en una muestra de estudiantes de una Universidad Privada. *Scielo*, 20(2), 293-304.

<https://doi.org/http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n2/a10v20n2>

Duarez, J. (2020). *Procrastinación académica y adicción a redes sociales en estudiantes universitarios: Una revisión sistemática*. [Tesis de pregrado, Universidad Señor de Sipán].

<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/10397/Duarez%20Alvarado%20Jhampier%20Dalid.pdf?sequence=15&isAllowed=y>

Echeburúa, E., & Requesens, A. (2012). *Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes*. Ediciones Pirámide.

Escurra, M., & Salas, E. (2014). Construcción y validación del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS). *Scielo*, 20(1), 73-91.

<https://doi.org/http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n1/a07v20n1.pdf>

Estremeidoro, B., & Schulmeyer, M. (2021). Procrastinación académica en estudiantes universitarios. *Scielo* (30), 51-65.

http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2306-86712021000100004

Ferraro, M. (2020). *Adicción a redes sociales y procrastinación en jóvenes adultos de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires. Argentina*. [Tesis de grado, Universidad Argentina de la Empresa].

<https://repositorio.uade.edu.ar/xmlui/bitstream/handle/123456789/12501/FERRARO-TIF.pdf?sequence=3>

Gabriel, J. (2017). Cómo se genera una investigación científica que luego sea motivo de publicación. *Scielo*, 8(2), 155-156.

http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2072-92942017000200008

García, G. (2021). Academic Procrastination in University and Covid-19. *International Journal of Latest Research in Humanities and Social Science (IJLRHSS)*, 4(2), 142-143. <http://www.ijlrhss.com/paper/volume-4-issue2/20-HSS-953.pdf>

Hernández, R., Collado, C., & Baptista, M. (2014). *Metodología de la Investigación*. McGRAW-HILL. <https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptista->

Metodolog% C3% ADa% 20Investigacion% 20Cientifica% 206ta% 20ed.pdf

Hidalgo, S. (2022). Uso problemático de Internet y procrastinación en estudiantes: un metaanálisis. *European Journal of Education and Psychology*, 15(1), 1-18.
<https://revistas.uautonoma.cl/index.php/ejep/article/view/1815/1271>

Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). (2023, 28 de setiembre). El 77,3% de la población del país de 6 años y más edad usó internet en el segundo trimestre del año 2023. [Nota de prensa].
<https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/noticias/nota-de-prensa-n-149-2023-inei.pdf>

Magallán, S., & Rodas, D. (2020). *Adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de Ingeniería y Arquitectura de una universidad particular en la región San Martín, Perú, 2020*. [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión].
<https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/3826>

Monier, E. (2022). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en adolescentes de un colegio privado de Puente Piedra, 2022*. [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo].
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/98195/Monier_C EJ-SD.pdf?sequence=4&isAllowed=y

Monje, C. (2011). *Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa*. Neiva.
<https://www.uv.mx/rmipe/files/2017/02/Guia-didactica-metodologia-de-la-investigacion.pdf>

Ortega, C. (2021). *Adicción a las redes sociales en estudiantes de una Universidad Privada de Chiclayo*. [Tesis de pregrado, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo].
https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/3738/1/TL_OrtegaFloresCecilia Micaela.pdf

Pariansullca, J., Ramírez, M., & Veliz, B. (2022). *Uso de redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de un instituto privado-Huancayo*. [Tesis de pregrado, Universidad Continental].
<https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/11798>

- Pinto, G. (2021). *Adicción a redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes del Primer ciclo 2021 de la Escuela de Psicología en una Universidad de Piura*. [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo].
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/69613/Pinto_AGGSD.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
- Portocarrero, W. (2023). *Adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes universitarios de psicología, Amazonas-2023*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza].
<https://repositorio.untrm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14077/3633/Wendy%20Sarela%20Portocarrero%20A%C3%B1asco%20-%20FACISA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Unión Internacional de Telecomunicaciones (UIT). (2023, 27 de noviembre). Los últimos datos sobre conectividad mundial muestran un crecimiento, si bien persisten las brechas. [Nota de prensa]. <https://www.itu.int/es/mediacentre/Pages/PR-2023-11-27-facts-and-figures-measuring-digital-development.aspx?ref=blog.denic.de>
- We Are Social & Meltwater (2023, 13 de febrero). Digital 2023 Perú.
<https://datareportal.com/reports/digital-2023-peru>

ANEXOS



Anexo N° 1

Matriz de consistencia

Título	Hipótesis	Objetivos	Variable	Dimensiones	Metodología	
Relación entre adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de psicología, Amazonas-2024.	Hipótesis general Existe correlación significativa entre la adicción a redes sociales y procrastinación académica.	Objetivo general	Adicción a redes sociales	Obsesión por las redes sociales	Tipo y nivel de investigación: Básica, correlacional Diseño: No Experimental Población: 290 estudiantes universitarios de psicología. Técnicas Cuestionario Métodos de análisis de datos: Programa estadístico IBMSPSS 27	Ordinal
		Establecer la relación entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de la escuela profesional de psicología, Amazonas-2024.		Falta de control		
		Objetivos específicos		Uso excesivo de las redes sociales		
		Determinar el nivel de adicción a redes sociales de los estudiantes de psicología, Amazonas-2024.	Procrastinación Académica	Postergación Académica		
		Evaluar el nivel de procrastinación académica de los estudiantes de psicología, Amazonas-2024.		Autorregulación académica		
		Determinar el nivel de adicción a redes sociales según el sexo de los estudiantes de psicología, Amazonas-2024.				



Anexo N° 2

Operacionalización de las variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Ítems	Categoría		Niveles de medida
					Niveles de medida	General	
V1 = Adicción a redes sociales	Se describe como la conducta compulsiva de una persona al utilizar de manera excesiva el uso de plataformas de redes sociales. Ecurra y Salas (2014).	La variable será medida por el cuestionario de adicción a las redes (ARS), de Ecurra y Blas (2014), que consta de 24 ítems, con 3 dimensiones y 5 tipos de respuesta con escala tipo Likert, con una duración de 10 minutos.	Obsesión	2, 3, 5, 6, 7, 13, 15, 19, 22, 23	0-13 Bajo 14-27 Medio 28 al 40 Alto	0-32 Bajo 33-64 Medio 65-96 Alto	Ordinal
			Falta de control personal	4, 11, 12, 14, 20, 24	0-8 Bajo 9-16 Medio 17-24 Alto		
			Uso excesivo	1, 8, 9, 10, 16, 17, 18, 21	0 al 11 Bajo 12 al 22 Medio 23 al 32 Alto		

V2 Procrastinación Académica	Es el aplazamiento de las actividades académicas, trayendo como consecuencia la disminución del rendimiento óptimo académico. Busko (1998).	La variable será medida por la escala de procrastinación académica, adaptada en el Perú por Domínguez et al. (2014), consta de 12 ítems, con 2 dimensiones y 5 alternativas de respuesta de tipo Likert, su aplicación es de 10 a 15 minutos.	Postergación de actividades	1,6,7	≤ 7 Nivel Bajo 8-11 Nivel Medio 12-15 Nivel Alto	≤ 28 Bajo 29-44 Medio 45-60 Alto
			Autorregulación académica	2, 3, 4, 5, 8, 9, 10, 11, 12	≤ 21 Nivel Bajo 22-33 Nivel Medio 34-45 Nivel Alto	



Anexo N° 3

FICHA TÉCNICA	
Nombre completo	Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales
Autor	Miguel Ecurra Mayaute y Edwin Salas Blas
Nombre abreviado	ARS
Año de publicación	2014
Procedencia	Perú
Tipo de aplicación	Individual, colectivo
Rango de aplicación	Alumnos de secundaria, universitarios y adultos.
Duración	Generalmente se requiere de un promedio de 10 a 15 minutos para la aplicación del cuestionario.
Baremos	Rangos percentiles
Descripción	El cuestionario de adicción a las redes sociales consta de 3 dimensiones (obsesión a las redes sociales, uso excesivo de las redes sociales y falta de control personal), constituido por 24 ítems con 5 tipos de respuesta con escala tipo Likert, con opciones de respuesta: Siempre, Casi siempre, Algunas veces, Casi nunca, Nunca; los reactivos se puntúan desde 0 (Nunca) a 4 (Siempre).
Validez	KMO de .95
Confiabilidad	Mediante coeficientes alfa de Cronbach elevados, los cuales fluctuaron entre .88 en el factor 2 y .92 en el factor 3.



Anexo N° 4

Nombres: Edad:

Estado civil: Sexo: (F) (M) Ciclo.....

INSTRUCCIONES

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

Siempre =S, Casi siempre = CS, Algunas veces = AV, Casi nunca = CN, Nunca = N

N°	Ítems	Respuestas				
		S	CS	AV	CN	N
1	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.	4	3	2	1	0
2	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.	4	3	2	1	0
3	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.	4	3	2	1	0
4	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.	4	3	2	1	0
5	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.	4	3	2	1	0
6	Me pongo de mal humor si no puedo conectarme a las redes sociales.	4	3	2	1	0
7	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.	4	3	2	1	0
8	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja	4	3	2	1	0
9	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.	4	3	2	1	0
10	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado	4	3	2	1	0

11	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.	4	3	2	1	0
12	Pienso en que debo controlar mi actividad deconectarme a las redes sociales.	4	3	2	1	0
13	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días	0	1	2	3	4
14	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.	4	3	2	1	0
15	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.	4	3	2	1	0
16	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales	4	3	2	1	0
17	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.	4	3	2	1	0
18	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.	4	3	2	1	0
19	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.	4	3	2	1	0
20	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.	4	3	2	1	0
21	Aun cuando estoy en clase, me conecto condisimulo a las redes sociales.	4	3	2	1	0
22	Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.	4	3	2	1	0
23	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).	4	3	2	1	0
24	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.	4	3	2	1	0



Anexo N° 5

FICHA TÉCNICA	
Nombre completo	Escala de Procrastinación Académica
Autor	Ann Busko (1998), adaptada y traducida por Álvarez (2010), en el Perú
Nombre abreviado	EPA
Año de publicación	1998
Adaptación a utilizar	Domínguez, et al. (2014)
Tipo de aplicación	Individual, colectivo
Rango de aplicación	Alumnos de secundaria, universitarios y adultos.
Duración	No tiene tiempo límite. Generalmente se requiere de un promedio de 10 a 15 minutos para la aplicación del cuestionario.
Baremos	Rangos percentiles
Descripción	La escala de procrastinación académica consta de 2 dimensiones (autorregulación académica y postergación de actividades), constituido por 12 ítems con 5 tipos de respuesta con escala tipo Likert con opciones de respuesta, los ítems se puntúan: 1 = nunca, 2 = casi nunca, 3 = a veces, 4 = casi siempre y 5 = siempre).
Validez	Presenta una validez de KMO .812.
Confiabilidad	Evaluada por alfa de Cronbach de 0.816



Anexo N° 6

**ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA
(EPA)**

Nombres: Edad:
.....

Estado Civil: Sexo: (F) (M) Ciclo:
.....

Instrucciones: A continuación, se presenta una serie de enunciados sobre formas de estudiar, lea atentamente cada uno de ellos y responda con total sinceridad en la columna a la que pertenece su respuesta, tomando en cuenta el siguiente cuadro:

S = Siempre, CS = Casi siempre, A = A veces, CN = Casi nunca, N = Nunca

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