

**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
PSICÓLOGO**

**BIENESTAR PSICOLÓGICO Y PROCRASTINACIÓN
ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO DE
EDUCACIÓN SUPERIOR – CHACHAPOYAS 2023.**

Autor: Bach. Alejandro Maicelo Huablocho

Asesores: Mg. Wilfredo Amaro Cáceres

Ps. Jhamaly Avisac Galvez Ramos

Registro: (...)

CHACHAPOYAS – PERÚ

2024

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



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): Maicelo Huablocho Alejandro
DNI N°: 74450591
Correo electrónico: 7445059132@untrm.edu.pe
Facultad: Ciencias de la Salud
Escuela Profesional: 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

Bienestar Psicológico y Procrastinación académica en estudiantes de un Instituto de Educación Superior - Chachapoyas 2023.

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: Galvez Ramos Shamaly Avisar
DNI, Pasaporte, C.E N°: 46326542
Open Research and Contributor-ORCID (<https://orcid.org/0000-0002-9670-0970>) 0000-0002-9021-1172



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

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, 09 / febrero / 2024

Firma del autor 1

Firma del Asesor 1

Firma del autor 2

Firma del Asesor 2

DEDICATORIA

A nuestro señor Dios, por ser mi guía espiritual hacia el camino del bien, por bendecirme y cuidarme diariamente, y por nunca desampararme.

A mis padres y hermano quienes son las personas que más amo, por ser mi motivación para salir adelante, por inculcarme buenos valores que me hacen ser la persona que hoy soy, por ser mi apoyo emocional y estar a mi lado brindándome fuerzas.

AGRADECIMIENTO

A los estudiantes del programa educativo Enfermería Técnica perteneciente al I.E.S.T.P. Perú-Japón de Chachapoyas, por consentir su participación en este estudio, permitiéndome recoger la información necesaria para finalizar la investigación.

A los directivos de la Facultad de Ciencias de Salud, por haber aprobado mi proyecto de tesis, y por fomentar continuamente que todos los estudiantes investiguen.

Al Mg. Wilfredo Amaro Cáceres, por orientarme y ser mi guía durante todo el procedimiento del estudio, brindándome las pautas adecuadas para redactar correctamente este informe.

A toda la plana docente que ha sido parte de mi educación universitaria, por haberme brindado sus conocimientos y por ver en mí una persona con capacidades y aptitudes para ser un gran 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 Diaz

Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud

VISTO BUENO DEL ASESOR



UNTRM

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

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 (), hace constar que ha asesorado la realización de la Tesis titulada "Bienestar psicológico y Procrastinación académica en estudiantes de un instituto de educación superior - Chachapoyas 2023."; del egresado Alejandro Maicelo Huablocho 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, 04 de enero de 2024

Firma y nombre completo del Asesor

Wilfredo Anuro Cáceres



VISTO BUENO DEL ASESOR



UNTRM

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

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 Bienestar psicológico y procrastinación académica en estudiantes de un Instituto de Educación Superior - Chachapoyas 2023.

del egresado Alejandro Marcelo Huoblaño
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, 04 de enero de 2024

Firma y nombre completo del Asesor
Jhamoly Avisac Góñez Romas.



JURADO EVALUADOR

(Resolución de decanato N° 050-2024-UNTRM-VRAC/FACISA)



Mg. Oscar Joel Oc Carrasco

Presidente



Mg. Jherali Alondra Oviedo Rabanal

Secretaria



Mg. Erica Judit Regalado Vasquez

Vocal

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DE LA TESIS



UNTRM

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

ANEXO 3-Q

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DE LA TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL

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

Bienestar psicológico y procrastinación académica en estudiantes de
un Instituto de Educación Superior - Chachapoyas 2023

presentada por el estudiante () / egresado (x) Alejandro Marcelo Huoblocho

de la Escuela Profesional de Psicología

con correo electrónico institucional 7445059172@untram.edu.pe

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

- La citada Tesis tiene 21 % 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.
- 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, 30 de enero del 2024

SECRETARIO

PRESIDENTE

VOCAL

OBSERVACIONES:

.....
.....

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE LA TESIS



ANEXO 3-S

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL

En la ciudad de Chachapoyas, el día 07 de febrero del año 2024, siendo las 11:00 horas, el aspirante: Alejandro Maicelo Huablocho, asesorado por Mg. Wilfredo Amaro Cáceres y Mg. Thanyaly Avise Gutierrez Ramos defiende en sesión pública presencial (X) / a distancia () la Tesis titulada: Bienestar psicológico y precarización académica en estudiantes de un Instituto de Educación Superior - Chachapoyas 2023. para obtener el Título Profesional de Psicólogo, a ser otorgado por la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas; ante el Jurado Evaluador, constituido por:

Presidente: Lady Yanide Medina Oliva

Secretario: Jherali Alondra Oviedo Rabunal

Vocal: Erica Judit Regalado Vasquez



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 (X) por Unanimidad (X) / 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 12:15 horas del mismo día y fecha, el Jurado Evaluador concluye el acto de sustentación de la Tesis para obtener el Título Profesional.

[Signature]
SECRETARIO

[Signature]
PRESIDENTE

[Signature]
VOCAL

OBSERVACIONES:
.....

ÍNDICE GENERAL

| | |
|--|------|
| 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..... | vi |
| VISTO BUENO DEL ASESOR..... | vii |
| JURADO EVALUADOR | viii |
| CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DE LA TESIS | ix |
| ACTA DE SUSTENTACIÓN DE LA TESIS..... | x |
| ÍNDICE GENERAL | xi |
| ÍNDICE DE TABLAS | xii |
| ÍNDICE DE FIGURAS..... | xiii |
| RESUMEN..... | xiv |
| ABSTRACT | xv |
| I. INTRODUCCIÓN..... | 16 |
| II. MATERIAL Y MÉTODOS | 19 |
| III. RESULTADOS..... | 24 |
| IV. DISCUSIÓN..... | 28 |
| V. CONCLUSIÓN | 33 |
| VI. RECOMENDACIONES | 34 |
| VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS..... | 35 |
| ANEXOS..... | 40 |

ÍNDICE DE TABLAS

| | Pág. |
|---|-------------|
| Tabla 01: Relación entre bienestar psicológico y procrastinación académica en estudiantes de Enfermería Técnica del I.E.S.T.P. Perú–Japón, Chachapoyas, 2023 | 24 |
| Tabla 02: Características sociodemográficas de los estudiantes de Enfermería Técnica del I.E.S.T.P. Perú–Japón, Chachapoyas, 2023 | 27 |

ÍNDICE DE FIGURAS

| | Pág. |
|--|-------------|
| Figura 01: Nivel de bienestar psicológico en los estudiantes de Enfermería Técnica del I.E.S.T.P. Perú–Japón, Chachapoyas, 2023 | 25 |
| Figura 02: Nivel de procrastinación académica en los estudiantes de Enfermería Técnica del I.E.S.T.P. Perú–Japón, Chachapoyas, 2023 | 26 |

RESUMEN

En la educación superior la salud mental debe ser considerada esencial para sostener una adecuada calidad de vida en donde predomine las relaciones armónicas con los docentes y compañeros de estudios, en este sentido, la postergación de actividades académicas, son hábitos que pueden traer efectos negativos en el ámbito emocional o psicológico. El objetivo del estudio fue establecer la relación entre bienestar psicológico y procrastinación académica en estudiantes de Enfermería Técnica del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público, Chachapoyas-2023. Se usó métodos cuantitativos, descriptivos, y no experimentales, un diseño transversal, prospectivo y correlacional. Se tuvo una muestra de 81 estudiantes de Enfermería Técnica. La información se recogió mediante la “Escala de bienestar psicológico” y la “Escala de procrastinación académica”. La hipótesis se contrastó usando el estadístico Chi cuadrado, con un nivel de significancia del 0.05. Los resultados indican que, el 66,7% tiene entre 18 a 21 años, el 81,5% son féminas y el 35,8% cursan el primer ciclo; respecto al bienestar psicológico, el 50,6% tiene un nivel bajo; y en la procrastinación académica, el 54,3% presentan un nivel medio. Además, el 22,2% evidencia un bienestar psicológico bajo con procrastinación alta, el 23,5% tienen un nivel promedio de bienestar psicológico con procrastinación media y el 12,3% evidencian un nivel alto de bienestar psicológico con media procrastinación. Concluyendo que, existe relación significativa ($X^2=11,187$; $gl=04$; $p=0,025$) entre bienestar psicológico y procrastinación académica en los estudiantes de este programa educativo del I.E.S.T.P. Perú-Japón, por lo que las variables dependen una de la otra.

Palabras clave: Bienestar psicológico, postergación académica, educación superior, estudiantes

ABSTRACT

In higher education, mental health should be considered essential to sustain an adequate quality of life where harmonious relationships with teachers and fellow students predominate. In this sense, the postponement of academic activities are habits that can have negative effects on students. the emotional or psychological sphere. The objective of the study was to establish the relationship between psychological well-being and academic procrastination in Technical Nursing students of the Public Technological Higher Education Institute, Chachapoyas-2023. Quantitative, descriptive, and non-experimental methods were used, a cross-sectional, prospective and correlational design. There was a sample of 81 Technical Nursing students. The information was collected using the “Psychological Wellbeing Scale” and the “Academic Procrastination Scale”. The hypothesis was tested using the Chi square statistic, with a significance level of 0.05. The results indicate that 66.7% are between 18 and 21 years old, 81.5% are female and 35.8% are in the first cycle; Regarding psychological well-being, 50.6% have a low level; and in academic procrastination, 54.3% have a medium level. Furthermore, 22.2% show low psychological well-being with high procrastination, 23.5% have an average level of psychological well-being with medium procrastination and 12.3% show a high level of psychological well-being with medium procrastination. Concluding that, there is a significant relationship ($X^2=11.187$; $gl=04$; $p=0.025$) between psychological well-being and academic procrastination in the students of this educational program of the I.E.S.T.P. Peru-Japan, so the variables depend on each other.

Keywords: *Psychological well-being, academic postponement, higher education, students.*

I. INTRODUCCIÓN

El bienestar psicológico entorno a la formación académica es una variable importante, que no se puede dejar de lado, ya que su adecuado desarrollo en los individuos, puede influir en el fracaso permanente o éxito en el periodo de su proceso académico (Castillo, 2020), al respecto, la Organización Mundial de la Salud (OMS), menciona que, infiere que uno de cada siete jóvenes padece de algún problema mental lo cual pertenece al 13% de la población mundial (OMS, 2018).

Así mismo, refiere que existen factores que aumentan el riesgo de que surjan problemas de salud mental afectando el bienestar psicológico de los jóvenes, entre ellos se encuentran, la exclusión, la violencia, y los entornos frágiles o de crisis; siendo la ansiedad y depresión las causas principales de enfermedad; además, según el reporte, la mitad de los trastornos mentales en la edad adulta ya han debutado a los 15 años, ya que, en su mayoría no son detectados ni tratados (OMS, 2023).

Ahora bien, cuando hablamos de bienestar emocional en los estudiantes, se evidencia también un alto índice de estrés académico siendo este un proceso sistémico implicando un juicio racional esencialmente psicológico; el cual en su mayoría de veces va generar procrastinación académica, donde se suspende tareas y/o actividades para fechas posteriores de manera voluntaria (Agurto, 2020), en este sentido, los efectos negativos que conlleva la procrastinación en su mayoría inciden drásticamente en la calidad de vida, afectando al mismo tiempo el bienestar psicológico (Buendía, 2020).

Actualmente no se tiene datos exactos del número de personas que posponen sus deberes; pero se estima que en promedio el 95% de la población podría hacer referencia a la procrastinación. Intrínsecamente en este porcentaje, el 20% se categoriza como procrastinadores crónicos y se evidencia una mayor incidencia en hombres en comparación con las mujeres, haciendo énfasis al condicionamiento conductual (La voz de la Frontera, 2020).

Según Nava, (2018), en el Perú más del 60% de estudiantes tienen un nivel medio de procrastinación, mientras que el 34% un nivel alto; por lo cual esta realidad nos permite distinguir entre las consecuencias en el entorno académico y en el no poder manejar adecuadamente situaciones de estrés, de este modo la procrastinación esta

referida a postergar las tareas, responsabilidades y compromisos que tienen consigo mismo.

Por todo lo anteriormente descrito, se realiza una búsqueda bibliográfica encontrando investigaciones que nos permiten conocer las diferentes realidades, es así que, estudios internacionales donde Cordovez et al, (2023) en Chile, desarrollaron una investigación donde buscaron establecer si existe una relación entre la procrastinación académica y el bienestar psicológico, donde 51,9% represento al sexo femenino y se demostró que existe una correlación negativa y significativa entre la procrastinación académica y bienestar psicológico con un valor de 0,001. Mientras tanto en Ecuador, Llerena et al (2022) encontraron que el 4.1% está en una categoría alta de bienestar psicológico, el 34% está dentro de un nivel moderado y el 61.9% está situada en un bajo nivel, demostrando así que gran parte de la población responde a niveles bajos de bienestar psicológico. Además, Magnín (2021) en Argentina, demostró que se tiene una correlación significativa y positiva entre la procrastinación y el estrés académico ($\rho=0.55$; $p<0.01$), indicando un mayor nivel de estrés en los estudiantes hay mayor nivel de procrastinación y viceversa, encontrando un nivel medio significativo.

A nivel nacional se encontró a Borger & Morote (2021) quienes buscaron determinar la relación entre bienestar psicológico y procrastinación académica, evidenciando que hay correlación significativa débil entre las variables ($p=0,014$). Asimismo, Flores & Huamaní (2020) en su investigación evidenciaron una relación particular para dichas variables con una significancia de 0,000 donde a mayor sea la procrastinación, menos probabilidades tiene de alcanzar su bienestar psicológico.

Por último, en el ámbito regional Asenjo, (2022), indagó sobre la procrastinación académica de los estudiantes, encontrando que el 82,3% presentan altos niveles de procrastinación académica, el 94,4% presentan bajos niveles de autorregulación académica y el 71,8% presentan altos niveles de postergación de las actividades; donde se demostró que los estudiantes exhiben un nivel significativo de procrastinación académica.

De acuerdo a la realidad encontrada y a los resultados obtenidos en las diferentes investigaciones, surge la idea investigar a profundidad porque se ha visto que el bienestar psicológico influye directamente en las emociones, donde esta puede repercutir y afectar la vida diaria de los estudiantes de educación superior si es alterada

por algún suceso en particular, trayendo consigo posibles alteraciones en el nivel físico, cognitivo y emocional, lo que también afectaría en su desarrollo académico; por ello, se plantea la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuál es la relación que existe entre bienestar psicológico y procrastinación académica en estudiantes de Enfermería Técnica del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público (I.E.S.T.P.) Perú – Japón de Chachapoyas 2023? en donde las hipótesis planteadas fueron Ha: Existe relación estadísticamente significativa entre el bienestar psicológico y la procrastinación académica y la Ho: No existe relación estadísticamente significativa entre el bienestar psicológico y la procrastinación académica en estudiantes de un instituto de educación superior – Chachapoyas 2023.

Al lado de ello, se plantean los objetivos para explicar mejor la investigación, teniendo como objetivo general planteado fue: Determinar la relación que existe entre bienestar psicológico y procrastinación académica en estudiantes de Enfermería Técnica del I.E.S.T.P. Perú – Japón de Chachapoyas 2023; y los objetivos específicos: Identificar el nivel de bienestar psicológico; Identificar el nivel de procrastinación y Caracterizar a la población objeto de estudio según (edad, sexo y ciclo) del I.E.S.T.P.

II. MATERIAL Y MÉTODOS

2.1. Población, muestra y muestreo

2.1.1. Población

Se representó por 101 estudiantes de “Enfermería Técnica” del Instituto Superior Tecnológico “Perú-Japón”, que está ubicado en Chachapoyas; de quienes se recogió la información requerida y los cuales brindaron la información para la investigación.

Criterios de inclusión

- Estudiantes matriculados en el periodo escolar 2023-I.
- Estudiantes que se encuentran regulares en sus cursos.
- Estudiantes que aceptaron participar en la investigación.

Criterios de exclusión

- Estudiantes menores de 18 años.
- Estudiantes que no estaban matriculados en la totalidad de los cursos del semestre 2023-I.

2.1.2. Muestra

Fue obtenida a través de una fórmula que sirve para calcular la muestra a partir de una población finita, tal como afirman Hernández & Mendoza. (2018). De tal manera, la muestra estará constituida de 81 estudiantes de enfermería técnica del Instituto, la cual se calculó de la siguiente manera:

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

Dónde:

N = población (101)

k = constante que depende del nivel de confianza (1.96²)

p = grupo de individuos con la característica de estudio (0.5)

q = individuos que no cuentan con esa característica, o sea 1- p (0.5)

e = error muestral (0.05²)

n = muestra

Aplicando la muestra se tiene:

$$n = \frac{1,96^2 \times 101 \times 0,5 \times 0,5}{0,05^2(101 - 1) + 1,96^2 \times 0,5 \times 0,5}$$

$$n = 81$$

2.1.3. Muestreo

De acuerdo con los autores Hernández & Mendoza (2018), se empleó un muestreo probabilístico aleatorio simple, es decir, todos los estudiantes que conforman parte de la población tuvieron la misma igualdad de oportunidades de ser elegidos.

2.2. Variables de estudio

Variable 1: Bienestar psicológico

Se refiere a que un individuo se está desarrollando óptimamente a nivel personal y tiene la posibilidad de reforzar sus habilidades, además es capaz de reconocer sus límites y cualidades, de tal manera que se siente bien consigo y logra mantener sus relaciones interpersonales de manera satisfactoria.

Variable 2: Procrastinación académica

Se refiere a que un individuo posterga sus trabajos escolares, debido a que prefiere emplear su tiempo en otras actividades de tipo recreativo, lo que causa satisfacción durante períodos cortos de tiempo.

Ver operacionalización de variables (Anexo 02)

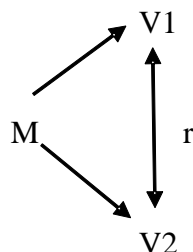
2.3. Métodos

2.3.1. Enfoque, tipo y nivel de investigación

Este trabajo tuvo un enfoque cuantitativo, ya que, se usó la estadística para procesar los datos y corroborar una hipótesis, el tipo de estudio fue transversal, porque las variables fueron medidas en una sola ocasión, no experimental porque se medirán las variables tal y como se encuentran sin realizar modificación alguna; y de nivel relacional, ya que se trata de una investigación utilizada para indicar si se encuentra o no una relación entre las variables esenciales de la investigación (Hernández & Mendoza, 2018).

2.3.2. Diseño de investigación

Fue prospectivo, ya que, los datos se tomaron de fuentes directas conforme van pasando los hechos de forma natural y además fue correlacional. Se represento esquemáticamente de la siguiente manera:



Dónde:

M = Muestra de estudio

V₁ = Bienestar psicológico

V₂ = Procrastinación académica

r: Relación de variables

2.3.3. Método, técnica e instrumentos de recolección de datos

a) **Método:** Se utilizó el método deductivo, que buscó aceptar o rechazar una hipótesis (Hernández & Mendoza, 2018).

b) **Técnica:** Se utilizó una encuesta, con la que recabó los datos mediante un cuestionario con preguntas estructuradas de opción múltiple y respuestas cerradas (Hernández & Mendoza, 2018).

c) Instrumento de recolección de datos:

Variable 1: “Escala de bienestar psicológico para adultos (BIEPS-A)”

Elaborada por Casullo (2002), y adaptada en Perú por Domínguez (2014). Asimismo, Flores & Huamani (2020) realizan un estudio reciente en donde describen esta escala, la cual está compuesta por cuatro dimensiones: aceptación, autonomía, vínculos sociales que constan de 3 ítems cada uno y proyectos que consta de 4 ítems. Las opciones de responder cada ítem son de una escala de Likert y son: 3 significa de acuerdo, 2 ni de acuerdo ni en desacuerdo y 1 en desacuerdo.

Categorización:

- Bajo: ≤ 33 puntos

- Promedio: 34-36 puntos
- Alto: ≥ 37

Validez y confiabilidad:

Flores & Huamani (2020) mencionan en su estudio que la validación de la prueba se realizó mediante un proceso de inter jueces, quienes emplearon el coeficiente V de Aiken y obtuvieron 1.0, llegando a la conclusión de que la prueba es absolutamente válida. Además, la confiabilidad fue calculada mediante el factor alfa de Cronbach, en donde los factores 1, 2 y 3 obtuvieron un puntaje de 0.69, 0.65 y 0.59 respectivamente, y para la escala general se consiguió un puntaje de 0.96 indicando la confiabilidad del instrumento.

Variable 2: *“Escala de procrastinación académica”*

Elaborada por Busko en 1998, en ese entonces la prueba contenía 16 ítems; luego otros autores se encargaron de realizar la baremación, cambiando los reactivos de la escala y simplificándolo en 12 ítems, además, esta prueba fue adaptada al Perú por Álvarez en el año 2010. La escala consta de 2 dimensiones: Postergación académica (con los ítems 1, 8, 9) y autorregulación académica (conformada por los ítems 2, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 13, 14). Las alternativas de respuesta son tipo escala de Likert: 1 significa siempre, 2 casi siempre, 3 a veces, 4 casi nunca y 5 nunca.

Categorización:

- Bajo: ≤ 26 puntos
- Medio: 27-32 puntos
- Alto: ≥ 33

Validez y confiabilidad:

A fin de validar el instrumento Pérez & Medrano (2010) como se citó en Domínguez, et al. (2018) llevaron a cabo una evaluación estadística de los puntajes, logrando validar la escala. Para obtener la fiabilidad se realizó un cálculo mediante alfa de Cronbach consiguiendo un 0.8 para la escala general. En la dimensión postergación de actividades se obtuvo un 0.7 y para la autorregulación académica un 0.8, lo que indica que la

prueba es completamente transparente y válida para ser utilizada en el presente estudio.

2.3.4. Procedimiento de recolección de datos

La recolección de datos inicia luego de que el proyecto de tesis es aprobado por el decano de la Facultad de Ciencias de la Salud, inmediatamente, se envió un documento al decano para solicitar la autorización de ejecutar el estudio. Una vez autorizada la ejecución se presentó una carta dirigida a la máxima autoridad del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú – Japón, solicitando el permiso correspondiente para recolectar la información. Posteriormente, se coordinó con docentes y estudiantes el horario para aplicar los cuestionarios, con la finalidad de no interrumpir con sus actividades académicas. Al llegar el día y hora coordinada, se aplicó la encuesta, en donde cada estudiante tuvo un tiempo de 30 minutos para responder los cuestionarios. Por último; se tabularon y procesaron los datos obtenidos para el posterior análisis.

2.4. Análisis de datos

La información fue recolectada utilizando las aplicaciones de dos instrumentos y luego analizada a través de un proceso estadístico donde los datos obtenidos fueron organizados utilizando Excel 2016 y también SPSS versión 25, el cual permitió distribuir las frecuencias porcentuales y absolutas. Los resultados se mostraron en gráficos y tablas simples y de contingencia. El análisis estadístico a realizar fue el análisis inferencial de Chi-cuadrado, para determinar la relación entre variables considerando un 95 % de nivel de confianza y un 0.05 de significancia.

III. RESULTADOS

Tabla 01:

Relación entre bienestar psicológico y procrastinación académica en estudiantes de Enfermería Técnica del I.E.S.T.P. Perú–Japón, Chachapoyas, 2023

| Bienestar psicológico | Procrastinación académica | | | | | | Total | |
|-----------------------|---------------------------|-------------|-----------|-------------|-----------|-------------|-----------|-------------|
| | Baja | | Media | | Alta | | fi | % |
| | fi | % | fi | % | fi | % | | |
| Bajo | 08 | 9,8 | 15 | 18,5 | 18 | 22,2 | 41 | 50,6 |
| Promedio | 03 | 3,7 | 19 | 23,5 | 04 | 4,9 | 26 | 32,1 |
| Alto | 02 | 2,5 | 10 | 12,3 | 02 | 2,5 | 14 | 17,3 |
| Total | 13 | 16,0 | 44 | 54,3 | 24 | 29,6 | 81 | 100 |

Nota: Elaboración propia.

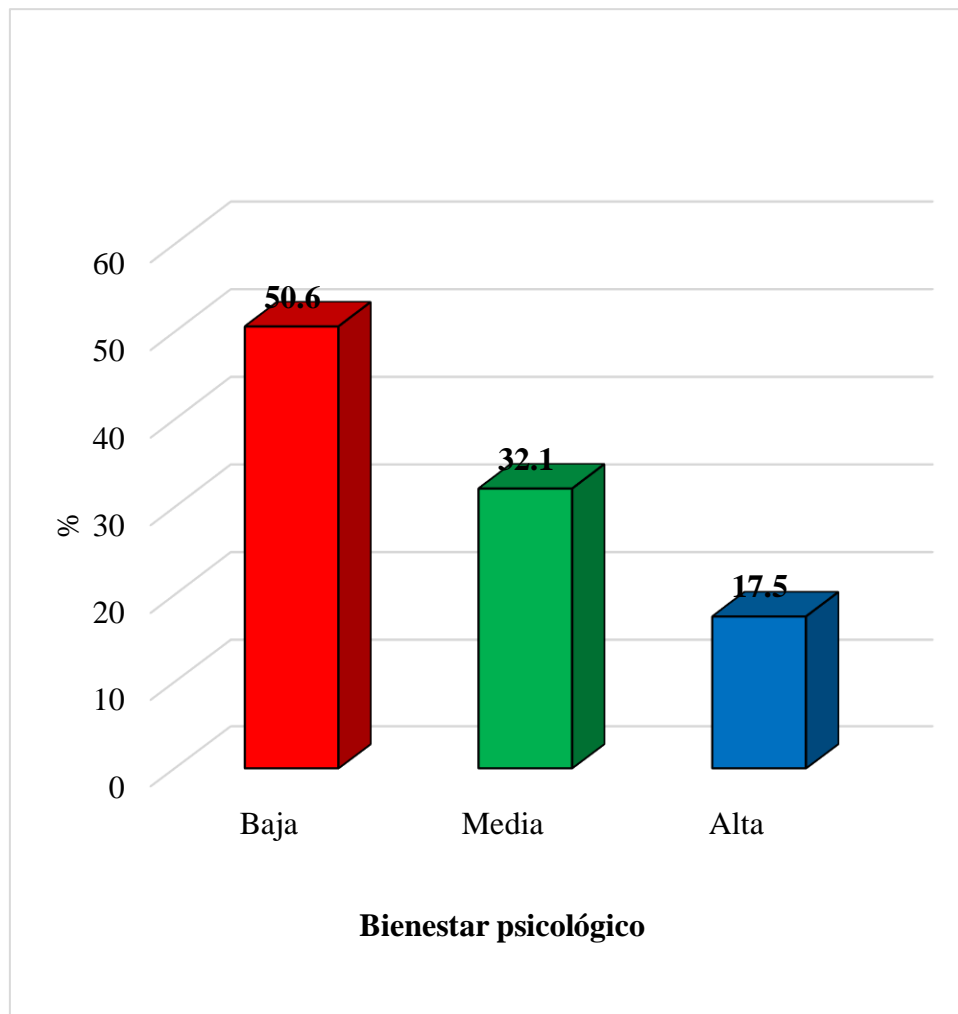
$X^2= 11,187$; $gl= 04$; $p= 0,025 < 0,05$ (Existe relación)

La tabla 01 muestra que, del 100% (81) de estudiantes encuestados pertenecientes al programa educativo Enfermería Técnica de I.E.S.T.P. Perú-Japón, 22,2% (18) presentan un nivel bajo de bienestar psicológico con procrastinación académica alta, el 18,5% (15) tienen un nivel de bienestar psicológico bajo con media procrastinación académica y el 9,8% (08) presentan bienestar bajo con procrastinación baja. Asimismo, el 23,5% (19) tienen un nivel promedio de bienestar psicológico con procrastinación académica media, el 4,9% (04) bienestar psicológico promedio con alta procrastinación académica y el 3,7% (03) un nivel promedio de bienestar con procrastinación baja. También, el 12,3% (10) evidencian un nivel alto de bienestar psicológico con media procrastinación y el 2,5% bienestar psicológico alto con procrastinación académica baja y alta.

La hipótesis se contrastó a través de la prueba estadística no paramétrica Chi cuadrado, dando como valores: $X^2= 11,187$; $gl= 04$; $p= 0,025 < 0,05$, es decir, que se tiene la existencia de una relación inversa significativa en base a la estadística, lo que indica el rechazo de la hipótesis nula (H_0) y la aceptación de la hipótesis alterna (H_a), por lo que, al tener un menor bienestar psicológico aumenta la procrastinación académica, en este sentido, las variables dependen una de la otra.

Figura 01:

Nivel de bienestar psicológico en los estudiantes de Enfermería Técnica del I.E.S.T.P. Perú-Japón, Chachapoyas, 2023

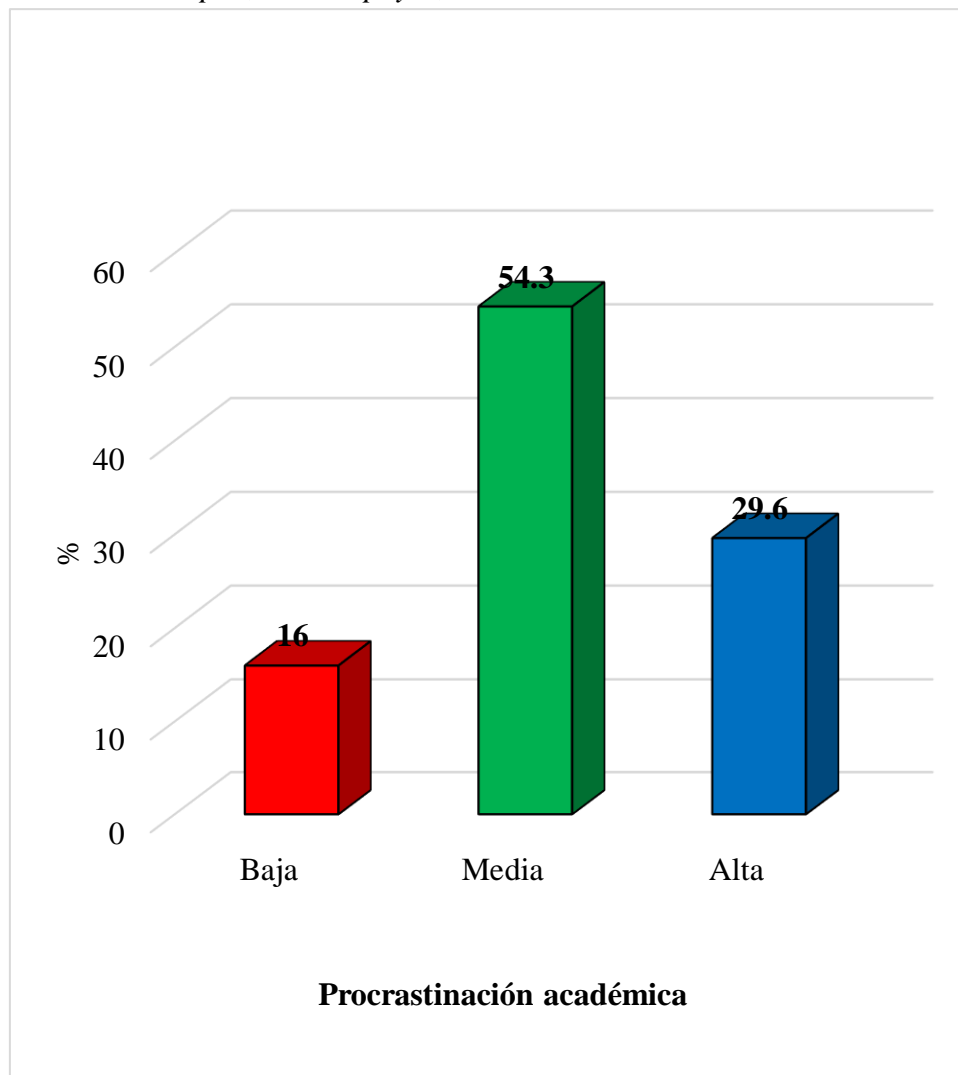


Nota: elaboración propia.

La figura 01 indica que, del 100% (81) de estudiantes encuestados pertenecientes al programa educativo Enfermería Técnica de I.E.S.T.P. Perú-Japón, el 50,6% (41) presenta un nivel bajo de bienestar psicológico, el 32,1% (26) tienen un bienestar psicológico promedio y el 17,5% (14) un nivel alto.

Figura 02:

Nivel de procrastinación académica en los estudiantes de Enfermería Técnica del I.E.S.T.P. Perú-Japón, Chachapoyas, 2023



Nota: Elaboración propia.

La figura 02 evidencia que, del 100% (81) de estudiantes encuestados pertenecientes al programa educativo Enfermería Técnica de I.E.S.T.P. Perú-Japón, el 54,3% (44) presentan procrastinación académica en nivel medio, el 29,6% (24) tienen una procrastinación alta y el 16% (13) un nivel bajo de procrastinación académica.

Tabla 02:

Características sociodemográficas de los estudiantes de Enfermería Técnica del I.E.S.T.P. Perú–Japón, Chachapoyas, 2023

| Edad | <i>f_i</i> | % |
|---------------|-----------------------------|------------|
| 18 a 21 años | 54 | 66,7 |
| 22 a 25 años | 23 | 28,4 |
| 26 a más años | 04 | 4,9 |
| Total | 81 | 100 |
| Sexo | <i>f_i</i> | % |
| Masculino | 15 | 18,5 |
| Femenino | 66 | 81,5 |
| Total | 81 | 100 |
| Ciclo | <i>f_i</i> | % |
| I | 29 | 35,8 |
| III | 24 | 29,6 |
| V | 28 | 35,6 |
| Total | 81 | 100 |

Nota: Elaboración propia.

La tabla 02 demuestra que, del 100% (81) de estudiantes encuestados pertenecientes al programa educativo Enfermería Técnica de I.E.S.T.P. Perú–Japón, el 66,7% (54) tienen entre 18 a 21 años de edad, el 28,4% (23) tienen edades entre 22 a 25 años y el 4,9% (04) tienen de 26 a más años. Además, el 81,5% (66) son del sexo femenino y el 18,5% (15) del sexo masculino. También, el 35,8% (29) se encuentran cursando el primer ciclo académico, 35,6% (28) se encuentran en el quinto ciclo, y el 29,6% (24) en el tercer ciclo.

IV. DISCUSIÓN

La educación superior es una fase necesaria en todas las personas, porque se desarrollan y fortalecen conocimientos respecto a la profesión elegida, por lo que, la salud mental debe ser considerada esencial para sostener una adecuada calidad de vida en donde predominé las relaciones armónicas con los docentes, compañeros de estudios y familiares, en este sentido, la postergación de ciertas actividades y obligaciones académicas, son hábitos que pueden traer efectos negativos en el ámbito emocional o psicológico, viéndose afectada la valoración que las personas hacen de su vida en distintos campos; por ello, este estudio estableció la relación entre el bienestar psicológico y la procrastinación académica en los estudiantes del programa educativo Enfermería Técnica del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú-Japón.

De esta forma, se evidencia la existencia de una relación estadísticamente significativa e inversa entre el bienestar psicológico y la procrastinación académica cuyo valor de significancia encontrada fue $p=0,025 < 0,005$, es decir, a menor bienestar psicológico mayor será la procrastinación en lo estudiantes, o viceversa.

Estos resultados se asemejan con diversos estudios, entre ellos el de Cordovez et al. (2023), pues según su investigación realizada en Chile, evidencia que la procrastinación y el bienestar psicológico se relaciona positiva y significativamente ($p=0,001$), sosteniendo que, cuando se tiene niveles elevados de procrastinación, el bienestar psicológico será muy bajo.

También, coincide con estudios nacionales, como evidencia Lopez (2023) quien ejecutó una investigación en Lima, encontrando una correlación inversamente significativa entre estas variables con $p=0,000$, y, menciona que la paz o tranquilidad psicológica interacciona y repercute en la no postergación de actividades académicas. De igual importancia, Terrones (2022) obtuvo en su estudio realizado en Trujillo, una significancia de 0.000 entre el bienestar psicológico y la procrastinación académica, confirmando una relación estadística, y asegura que los estudiantes no tienen tranquilidad emocional lo que ocasiona que postergan muchas actividades, por ello, debe priorizarse estos aspectos para que mejore la vida de los estudiantes.

Asimismo, Borger & Morote (2021) demostraron en su investigación realizada en Arequipa, que las variables antes mencionadas se relacionan significativamente

($p=0,014$) poniendo en evidencia que los elevados niveles de procrastinación académica generan bajos niveles de bienestar psicológico en los estudiantes, ocasionando consecuencias negativas en el aspecto educativo, incumpliendo sus metas trazadas y en algunos casos el abandono académico. Como si fuera poco, Flores & Huamaní (2020) ejecutaron un estudio en Huancavelica, encontrando una significancia del 0,000, es decir, estas variables se relacionan estadísticamente, y, aseguran que mientras mayor sea la procrastinación en los estudiantes, menos probabilidades tienen de alcanzar su bienestar psicológico.

Al respecto, Guzmán (2013) menciona que, aplazar obligaciones académicas y después sobrecargarlas de trabajo y estudios, puede generar cuadros de ansiedad, estrés y un sentimiento de inutilidad o culpa, que no solo dificultan la consecución de objetivos, sino que también pueden suponer una barrera importante para la salud física, mental, emocional y social. Es decir, existe relación entre estas variables probablemente porque, el bienestar psicológico de los estudiantes puede verse afectado por desarrollar hábitos de procrastinación académica, ya que, cuando un estudiante de educación superior posterga tareas educativas, hace que estas se les acumulen, por lo que, al momento de estudiar para exposiciones o exámenes, no encuentran la forma de organizarse para cumplir con todos sus pendientes, desarrollando actitudes negativas hacia ellos mismos, lo que genera intranquilidad emocional.

Continuando, en referencia al nivel de bienestar psicológico, se obtuvo resultados donde se evidenciaron que, predomina el nivel bajo con el 50,6%. Similares datos encontraron diversos autores, entre ellos, Llerena et al. (2022) pues según su estudio realizado en Ecuador, el 61,9% de estudiantes presentan un bajo nivel de bienestar psicológico. También, en un estudio realizado en Lima-Perú por Rebaza (2021) coincide con los datos obtenidos, porque según sus resultados predomina el nivel medio bajo con el 37%. Del mismo modo, Chuquilin (2020) encontraron que el 81,1% de estudiantes universitarios presentan un nivel bajo de bienestar psicológico.

Aunque, estos resultados difieren de lo encontrado por Lopez (2023) pues según su estudio el 65,3% de estudiantes tienen un bienestar psicológico de nivel alto. Asimismo, Ganoza (2022) evidencia que predomina el nivel medio de bienestar

psicológico con el 45,3% en los estudiantes de especialidad pedagógica de un instituto de educación privada.

Cuando nos referimos a bienestar psicológico, hacemos referencia a las experiencias personales que se van construyendo mediante la evolución mental de cada uno, y las capacidades de las personas para que se relacionen positivamente. Así como menciona la teoría de la autodeterminación elaborada por Deci y Ryan, pues esta se centra en la importancia de realizar un análisis del comportamiento de los individuos, para comprobar sus proactividad y competencia para facilitar los procesos de motivación propia y el desarrollo psicológico saludable (Chuquilin, 2021). En este sentido, el bienestar psicológico es esencial para que todos los estudiantes de educación superior se desenvuelvan de forma adecuada no solo académicamente, sino también en lo familiar y social, pues al sentirse tranquilos psicológicamente, estarían motivados y serían capaces de obtener todo lo que se proponen.

Siguiendo con el nivel de procrastinación académica, este estudio demostró que en los estudiantes prevalece el nivel medio con el 54,3%. Dato que coincide con lo hallado por Magnín (2021) cuyo estudio fue realizado en Argentina, en donde obtuvo que el 59,4% de estudiantes tienen un nivel de procrastinación media. Asimismo, Altamirano & Rodríguez (2021) quienes, realizaron una investigación en Ecuador, encontraron que su población estudiada tiene un nivel promedio de procrastinación académica en sus dos dimensiones con el 48% en la dimensión autorregulación académica y el 52% para la dimensión a postergación de actividades.

De la misma forma, en un estudio realizado en Lambayeque-Perú por Ruiz (2021) demostró que, en ambas dimensiones predomina el nivel medio con un porcentaje mayor al 50% en ambos casos. Al mismo tiempo, Ganoza (2021) demostró que el 47% de estudiantes tienen un nivel medio de procrastinación académica. Y, también, Condori (2020) en su estudio ejecutado en Lima, encontró que niveles medios de procrastinación en su muestra de estudio con el 42%, además, en la dimensión postergación de actividades el nivel medio prevaleció con el 39,2% y en la dimensión autorregulación académica, el 39,8% de estudiante tuvieron un nivel medio.

Sin embargo, los resultados difieren de lo encontrado por Asenjo (2022), quien realizó su estudio en los estudiantes de Psicología de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, cuyos resultados evidencian que el 82,3% de

la muestra estudiada tienen un nivel de procrastinación académica alta, de la misma manera, en sus dimensiones predomina el nivel alto con un porcentaje mayor al 70%.

En relación a lo anterior, según Casasola (2022), en la educación superior, la procrastinación académica es considerada un problema de gran importancia, ya que, los estudiantes suelen postergar e incumplir con las diversas tareas encomendadas por sus docentes, desencadenando un conjunto de efectos negativos que ponen en riesgo su permanencia o finalización de sus estudios superiores. En este punto es importante mencionar que, en muchas ocasiones, aunque los estudiantes no deseen voluntariamente postergar sus actividades académicas, deben hacerlo, debido a diferentes factores, entre ellos, las actividades ajenas a sus estudios, como el trabajo, o el cuidado de sus hijos, etc., para asegurar ello, sería necesario que se realicen estudios para determinar los factores que influyen en la procrastinación académica, y, a partir de allí, intervenir adecuada y oportunamente.

Por último, en lo que concierne a las características sociodemográficas de los estudiantes, el 66,7% tiene entre los 18 a 21 años, estos datos coinciden con el estudio de Magnin (2021) cuyos resultados demuestran que el promedio de edades de los estudiantes es de 20 años. También, Borger & Morote (2021), encontraron que las edades de su muestra de estudio oscilan entre los 18 y 24 años de edad. Asimismo, Flores & Galindo (2020) encontraron que el 79,7% de los estudiantes de economía tienen edades de 18 a 21 años.

Al lado de ello, se encontró en el estudio que, prevalece el sexo femenino con el 81,5%. Semejantes resultados obtuvieron distintos autores, como, Cordovez et al (2023), pues el 51,9% de su muestra estudiantil son féminas. Al mismo tiempo, Lopez (2023), encontró que el 63,4% de los estudiantes son mujeres. Además, Chuquilin (2021) evidenció en su estudio que el 60,4% de su población muestral son del sexo femenino.

Esta realidad puede deberse a que, según el Ministerio de Educación (2019), el promedio de edades de los estudiantes de educación superior es de 19 a 24 años, además que, en los programas educativos o carreras profesionales de ciencias de la salud, específicamente en enfermería, se tienen un mayor número de estudiantes mujeres.

Finalmente, este estudio contribuye a ampliar los conocimientos sobre la importancia de conocer el bienestar psicológico de los estudiantes de educación superior para prevenir la procrastinación académica, aportando al logro de los objetivos del desarrollo sostenible, particularmente al objetivo “educación de calidad” que busca garantizar un adecuado aprendizaje, para lo cual los estudiantes deben estar bien psicológicamente para desenvolverse de manera adecuada y efectiva en sus estudios, ya que, la educación supone un factor importante para el desarrollo socioeconómico.

V. CONCLUSIÓN

1. El bienestar psicológico y la procrastinación son variables importantes en el proceso de la formación académica, es por ello; que deben de ser estudiados, ya que influyen en el desarrollo óptimo de los estudiantes. Por lo que en el presente estudio se concluye que existe relación estadísticamente entre ambas variables, en este sentido, las variables dependen una de la otra.
2. Con respecto al bienestar psicológico, lo que más predomina es el nivel bajo con un 50,6%, por lo que se determina que es necesario brindar psicoeducación y herramientas psicológicas a los estudiantes para alcanzar un bienestar psicológico adecuado.
3. En cuanto a la procrastinación académica, lo que más predomina es el nivel medio con un 54,3%, por lo que se debería realizar estrategias de intervención para prevenir la procrastinación en los estudiantes, donde puedan crear hábitos y logren ser más disciplinados.
4. Se determinó que la gran parte de estudiantes sus edades oscilan entre los 18 a 21 años, siendo el promedio de edades de estudiantes de educación superior, así mismo prevalece el sexo femenino con el 81,5%, donde específicamente en la carrera de enfermería se tiene un mayor número de estudiantes mujeres.

VI. RECOMENDACIONES

- Los directivos regionales de la salud deben implementar programas y gestionar estrategias preventivas y promocionales entorno al bienestar psicológico y la salud mental en los jóvenes.
- Las entidades a cargo de la educación superior y los directivos de las instituciones deben organizar actividades y talleres en donde se demuestra la importancia de evitar la procrastinación académica en los estudiantes.
- Los profesionales y estudiantes de psicología deben gestionar propuestas de intervención en relación a consejería psicológicas con finalidad reducir problemas de salud mental y asegurar un alto rendimiento académico.
- Capacitar a los docentes de las instituciones de educación para que puedan ejecutar encuestas de procrastinación académica, y así conocer la realidad de sus estudiantes con la finalidad de actuar adecuada y oportunamente en base a los resultados.
- Al Instituto Superior Tecnológico realizar programas de prevención e intervención en cuanto al Bienestar psicológico y procrastinación académica en sus estudiantes.
- Continuar con las investigaciones relacionadas a la variable bienestar psicológico, ya que en nuestra región no existen investigaciones con dicha variable, haciendo énfasis en los diferentes niveles de educación.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Agurto, C. (2020). Bienestar psicológico y procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa estatal de Trujillo. Perú [Tesis de grado, Universidad Privada Antenor Orrego]. Repositorio institucional [https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12759/6896/REP_PSI_CARMEN.AGURTO_BIENESTAR.PSICOL%
c3%93GICO.PROCRASTINACI%
c3%93N.ESTUDIANTES.SECUNDARIA.INSTITUCI%
c3%93N.EDUCATIVA.ESTATAL.TRUJILLO.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12759/6896/REP_PSI_CARMEN.AGURTO_BIENESTAR.PSICOL%c3%93GICO.PROCRASTINACI%c3%93N.ESTUDIANTES.SECUNDARIA.INSTITUCI%c3%93N.EDUCATIVA.ESTATAL.TRUJILLO.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Altamirano, C. & Rodríguez, M. (2021). Procrastinación académica y su relación con la ansiedad. Eugenio Espejo Facultad de Ciencias de la Salud, 15(3), 16-28. <https://doi.org/10.37135/ee.04.12.03>
- Asenjo, N. (2022). Procrastinación académica en estudiantes de psicología, de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez De Mendoza, 2022. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional Toribio Rodríguez De Mendoza De Amazonas]. Repositorio institucional. [https://repositorio.untrm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14077/3054/Asenjo%
20Muro%20%20Nataly%20Abigail.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.untrm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14077/3054/Asenjo%20Muro%20%20Nataly%20Abigail.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Borger Carbajal, N., & Morote Corrales, F. S. (2021). Procrastinación académica y bienestar psicológico en estudiantes universitarios [Tesis de licenciatura, Universidad Católica de Santa María]. Repositorio institucional. [https://repositorio.ucsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12920/10687/76.0439.
PS.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12920/10687/76.0439.PS.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Buendia, S. (2020). Procrastinación académica y proyecto de vida en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio institucional [http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/4011/BUENDIA%20ZA
VALA%20STEPHANY%20MARLENE%20%20T%
C3%84DTULO%20PROFESIONAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/4011/BUENDIA%20ZAVALA%20STEPHANY%20MARLENE%20%20T%C3%84DTULO%20PROFESIONAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Casasola, W. (2022). Revisión sistemática sobre procrastinación en estudiantes universitarios en el contexto latinoamericano. Rev. Psicológica UNEMI. 6(11). https://www.researchgate.net/publication/361801825_REVISION_SISTEMA

TICA_SOBRE_PROCRASTINACION_EN_ESTUDIANTES_UNIVERSITARIOS_EN_EL_CONTEXTO_LATINOAMERICANO

- Castillo, S. (2020). Procrastinación Académica en Estudiantes Universitarios. Una Revisión de La Literatura Científica de los Últimos Diez Años. [*Tesis de grado, Universidad Privada del Norte*]. [https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/25959/Trabajo de Investigación_Parcial2.pdf?sequence=13&isAllowed=y](https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/25959/Trabajo_de_Investigacion_Parcial2.pdf?sequence=13&isAllowed=y)
- Chuquilin, D. (2019). Bienestar psicológico en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima - Perú 2019. [Tesis de grado, Universidad Católica de los ángeles Chimbote]. https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/29083/BIE_NESTAR_PSICOLOGICO_CHUQUILIN_CALLANAUPA_DANIRA_SILVANA.pdf?sequence
- Condori, C. (2020). Inteligencia emocional y procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana. [*Tesis de grado, Universidad Ricarda Palma*]. Repositorio institucional. <https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14138/3451/INTELIGENCIA%20EMOCIONAL%20Y%20PROCRASTINACION%20ACAD%20MICA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Cordovez, M, Ramírez, F, Villafaña, C. (2023). Relación entre la procrastinación académica y el bienestar psicológico en estudiantes de educación superior chilenos. Rev. Estud. de Psicología UCR, 18(1). <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/wimblu/article/view/54653/55231>
- Domínguez, A. (2014). Análisis psicométrico de la escala de bienestar psicológico para adultos en estudiantes universitarios. Psicología, avances de la disciplina, 8(1), 23-31. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=297231283003>
- Domínguez, S., Villegas, G. & Centeno, S. (2018). Procrastinación académica: validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. Liberabit, 20(2), 293-304. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68632617010>
- Flores, L. & Huamaní, P. (2020). Procrastinación académica y bienestar psicológico en estudiantes de economía de la Universidad Nacional de Huancavelica - 2020

- [*Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Los Andes*]. Repositorio <https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/2377/TESIS%20FINAL%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ganoza, L. (2021). Procrastinación académica y bienestar psicológico en estudiantes de especialidades psicopedagógicas de una institución privada de Lima [*Tesis de licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego*]. Repositorio institucional. https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12759/8307/REP_MARIANA.GANOZA_PROCRASTINACION.ACADEMICA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Guzmán, D. (2013). Procrastinación una mirada clínica. Máster de Psicología Clínica y de la Salud. https://www.academia.edu/13227195/Procrastinacion_TEMA.
- Hernández, R. & Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. McGraw-Hill. http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/SampieriLasRutas.pdf
- La voz de la Frontera. (2019) Más de 264 millones padecen ansiedad a nivel mundial. Gaceta UNAM. <https://www.gaceta.unam.mx/mas-de-264-millones-padecen-ansiedad-a-nivel-mundial/>
- Llerena, Á., Aviles, I. & Guingla, G. (2022). Regulación de emociones y bienestar psicológico en estudiantes. Universidad Estatal de Bolívar. Guaranda, 2022 [*Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de Chimborazo*]. Repositorio digital. <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/10184>
- Lopez, J. (2023). Bienestar psicológico y procrastinación académica en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada. [*Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte*]. Repositorio institucional. <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/34822/Lopez%20Risco%20Jhony%20Romario.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Magnín, L. (2021). Relación entre procrastinación académica y estrés académico en estudiantes de psicología de Paraná. [*Tesis de licenciatura, Universidad Católica de Argentina*]. Repositorio institucional.

<https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/13817/1/relaci%C3%B3n-entre-procastinaci%C3%B3n-acad%C3%A9mica.pdf>

Ministerio de Salud (2019). Población universitaria en Perú asciende a casi 840 mil estudiantes. <https://andina.pe/agencia/noticia-poblacion-universitaria-peruasciende-a-casi-840-mil-estudiantes-340176.aspx#:~:text=La%20poblaci%C3%B3n%20universitaria%20en%20Per%C3%BA,universidad%20es%20de%2019%20a%C3%B1os>.

Nava, J. (2018). Procrastinación en estudiantes universitarios de la Facultad de Psicología de una universidad privada del Cercado de Lima [*Tesis de licenciatura, Universidad Inca Garcilaso de la Vega*]. Repositorio institucional. http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/3394/TRAB.SUF.PROF_Jorge%20Enrique%20Nava%20Ore%20Garro.pdf?sequence=2&isAllowed=y

Organización Mundial de la Salud. (2018). *Un reporte sobre la salud*. https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/WHA68-REC1/A68_2015_REC1-sp.pdf

Organización Mundial de la Salud. (2023). *La salud de los adolescentes y los adultos jóvenes*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>

Rebaza, R. (2021). Resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de Victor Larco. [*Tesis de grado, Universidad Peruana Cayetano Heredia*]. Repositorio institucional. https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/9667/Resiliencia_RebazaReyes_Rocio.pdf?sequence=3&isAllowed=y

Ruiz, S. (2021). Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes universitarios en contexto de educación virtual en tiempos de pandemia, Chiclayo 2020 [*Tesis de licenciatura, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo*]. Repositorio institucional. https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/3477/1/TL_RuizdelaCruzSandra.pdf

Terrones, E. (2022). Bienestar psicológico y procrastinación académica en estudiantes de segundo de secundaria de una institución educativa, La Esperanza. [*Tesis de grado, Universidad César Vallejo*]. Repositorio institucional. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/108240/Terrones_MEJ-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

ANEXOS

Anexo 01

MATRIZ DE CONSISTENCIA

| PROBLEMA | OBJETIVOS | HIPÓTESIS | METODOLOGÍA |
|--|--|--|---|
| <p>¿Cuál es la relación que existe entre el bienestar psicológico y procrastinación académica en estudiantes de Enfermería Técnica del instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú – Japón de Chachapoyas 2023?</p> | <p>General Determinar la relación que existe entre bienestar psicológico y procrastinación académica en estudiantes de Enfermería Técnica del instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú – Japón de Chachapoyas 2023.</p> <p>Específicos -Identificar el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de enfermería Técnica del instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú – Japón de Chachapoyas 2023. -Identificar el nivel de procrastinación académica en estudiantes de enfermería Técnica del instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú – Japón de Chachapoyas 2023. -Caracterizar a la población objeto de estudio según (género, ciclo, edad) en estudiantes de Enfermería Técnica del instituto de Educación Superior Tecnológico Público Perú – Japón de Chachapoyas 2023.</p> | <p>Hi: Existe relación estadísticamente significativa entre el bienestar psicológico y la procrastinación académica en estudiantes de un instituto de educación superior – Chachapoyas 2023.</p> <p>Ho: No existe relación estadísticamente significativa entre el bienestar psicológico y la procrastinación académica en estudiantes de un instituto de educación superior – Chachapoyas 2023.</p> | <p>- Enfoque: Cuantitativo - Nivel: Correlacional - Tipo: Transversal - Diseño: No experimental - Muestra: 81 estudiantes correspondientes al I, III y V ciclo del programa de estudios de Enfermería Técnica. - Instrumentos: Variable 1: Escala de Bienestar Psicológico para adultos BIEPS-A Variable 2: Escala de Procrastinación Académica (EPA). - Análisis: Estadístico inferencial</p> |

Anexo 02

OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

| Variables | Definición conceptual | Definición operacional | Dimensiones | Ítems | Categorización | | Indicadores | Escala |
|------------------------------|--|--|----------------------------------|--------------|---|--|--|--|
| | | | | | Dimensiones | Variables | | |
| Bienestar psicológico | Se refiere a que un individuo se está desarrollando óptimamente a nivel personal y tiene la posibilidad de reforzar sus habilidades, además es capaz de reconocer sus límites y cualidades, de tal manera que se siente bien consigo (Ryff, 2008, citado por Flores & Huamaní, 2020) | Es un indicador de funcionamiento positivo en un individuo, donde estaría siendo consciente de sus propias limitaciones y cualidades para sentirse bien consigo mismo y lograr mantener sus relaciones interpersonales, y será evaluado con la escala de bienestar psicológico para adultos. | Aceptación / control de sí mismo | 2, 11 y 13 | Bajo: ≤ 5 Promedio: Entre 6-7 Alto: ≥ 8 | Bajo: ≤ 33 Promedio: Entre 34-36 Alto: ≥ 37 | Nivel alto Nivel promedio Nivel bajo | Variable: ordinal Ítems: Escala tipo likert |
| | | | Autonomía | 4, 9 y 12 | Bajo: ≤ 5 Promedio: Entre 6-7 Alto: ≥ 8 | | | |
| | | | Vínculos sociales | 5, 7 y 8 | Bajo: ≤ 5 Promedio: Entre 6-7 Alto: ≥ 8 | | | |
| | | | Proyectos | 1, 3, 6 y 10 | Bajo: ≤ 8 Promedio: Entre 9-10 Alto: ≥ 1 | | | |

| | | | | | | | | |
|----------------------------------|--|---|-----------------------------|-------------------------------|---|---|---|--|
| Procrastinación académica | Se refiere a que un individuo posterga sus trabajos escolares, debido a que prefiere emplear su tiempo en otras actividades de tipo recreativo, lo que causa satisfacción durante períodos cortos de tiempo, todo ello se ve reflejado en la falta de disciplina y la mala formación del sistema educativo. (Contreras et al., 2011) citado en Ganoza, 2021) | Se entiende como la acción de postergar las actividades escolares prefiriendo momentos de distracción u otras actividades que generan sentimientos de felicidad a corto plazo en el estudiante. La cual estará evaluada por la escala de procrastinación académica. | Autorregulación Académica | 2, 3, 4, 5, 8, 9, 10, 11 y 12 | Bajo: ≤ 26 Medio: Entre 27-35 Alto: ≥ 36 | Bajo: ≤ 26 Medio: Entre 27-32 Alto: ≥ 33 | Nivel alto Nivel medio Nivel bajo | Variable: ordinal Ítems: Escala tipo likert |
| | | | Postergación de actividades | 1,6 y 7 | Bajo: ≤ 6 Medio: Entre 7-9 Alto: ≥ 10 | | | |

Anexo 03

Consentimiento Informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO



Yo identificado (a) con DNI N°, declaro que acepto participar en la investigación denominada: “Procrastinación académica y bienestar psicológico en estudiantes de un Instituto de Educación Superior – Chachapoyas 2023”, el cual se viene realizando por el Int. Ps. Alejandro Maicelo Huablocho. Garantizando que la información recolectada será estrictamente de uso académico y se tendrá el cuidado y confidencialidad de los datos, teniendo la libertad de retirar mi consentimiento y dejar de participar de la investigación si en caso esta pretenda utilizarse para otros fines.

Para validez firmo el presente consentimiento.

Chachapoyas, enero de 2023

.....

Firma del investigador (a)

.....

Firma del participante

Anexo 04

Escala De Bienestar Psicológico para adultos BIEPS-A

Edad: _____ Sexo: _____ Ciclo: _____ Fecha: _____

A continuación, se te presentan 13 enunciados. Le pedimos que lea con atención las frases siguientes. Marque su respuesta en cada una de ellas sobre la base de lo que pensó y sintió durante el último mes. Te pedimos que contestes con sinceridad cada una de las opciones de respuesta marcando con una (X) la opción que más se parezca a tu forma de ser (No hay opción correcta o incorrecta).

| N° | ENUNCIADO | De acuerdo | Ni de acuerdo ni en desacuerdo | En desacuerdo |
|----|--|------------|--------------------------------|---------------|
| 1 | Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida. | | | |
| 2 | Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo. | | | |
| 3 | Me importa pensar qué haré en el futuro. | | | |
| 4 | Puedo decir lo que pienso sin mayores problemas. | | | |
| 5 | Generalmente le caigo bien a la gente. | | | |
| 6 | Siento que podré lograr las metas que me proponga. | | | |
| 7 | Cuento con personas que me ayudan si lo necesito. | | | |
| 8 | Creo que en general me llevo bien con la gente. | | | |
| 9 | En general hago lo que quiero, soy poco influenciado. | | | |
| 10 | Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida. | | | |
| 11 | Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar. | | | |
| 12 | Puedo tomar decisiones sin dudar mucho. | | | |
| 13 | Encaro sin mayores problemas mis obligaciones diarias. | | | |

¡Gracias por su colaboración!

Anexo 05

Escala De Procrastinación Académica (EPA)

Edad: _____ **Sexo:** _____ **Ciclo:** _____ **Fecha:** _____

Instrucciones:

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

| | | | | |
|--------------|-------------------|----------------------|---------------------|----------------|
| Nunca | Casi nunca | Algunas veces | Casi siempre | Siempre |
| N | CN | AV | CS | S |

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

¡Gracias por su colaboración!

Anexo 06

Documento de autorización para la aplicación de instrumentos



PERÚ Ministerio de Educación

INSTITUTO TECNOLÓGICO DE EXCELENCIA
"PERÚ JAPÓN"

Creado por R.M. N° 110-84-ED. Renovación de Funcionamiento R.M. N° 675-94-ED.
REVALIDADO POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN R.M. N° 120-2006-ED



"AÑO DE LA UNIDAD LA PAZ Y EL DESARROLLO."

Chachapoyas, 26 de abril del 2023.

Carta N° 002-2023- I.E.S.T.P.P.J.

Señor: ALEJANDRO MAICELO HUABLOCHO.

Estimado señor,

Es grato dirigirle la presente con la finalidad de darle a conocer que, de acuerdo a la solicitud presentada, el día 25 de abril del presente año; se lo está brindando la autorización para ejecutar su proyecto de investigación con los estudiantes del programa de estudios de "ENFERMERIA TECNICA", en coordinación con el área de Psicología representada por la Licenciada Jhamaly Avisac Gálvez Ramos, de acuerdo al proveído 1560 de fecha 25 de abril del presente año.

Atentamente,

DIRECCIÓN REGIONAL DE EDUCACIÓN AMAZONAS
I.E.S.T. PÚBLICO "PERÚ JAPÓN"
Dr. MARIO Y. TORREJÓN ARELLANOS
DIRECTOR GENERAL

MYTA/DGESTP "PJ"
Smas/TAH
C.C.
ARCHIVO

"familia tecnológica, la unidad es la medalla que nos distingue"

INSTITUTO TECNOLÓGICO DE EXCELENCIA PERÚ JAPÓN - JR. AMAZONAS N° 120 - CHACHAPOYAS Tel.: 041 750047

www.idexperujapon.edu.pe IDEX Perú Japón - Chachapoyas @IDEXPERUJAPON

Email: mesadepartes@idexperujapon.edu.pe

Escaneado con CamScanner

Anexo 07

Fotos de aplicación de instrumentos

